
بنت النيل
ابريل ١٩٥٢
عدد ٧٧

تمثيل الكامل للشعب

هذا حديث هادىء يجدر ان نسجله وسط هذه التيارات المختلفة التى تشغل بال الامة فى الظروف الحاضرة ، حديث سبق ان المحنا اليه بل وذكرناه فى جميع الظروف

ماذا يقول العالم عن مصر كلما اجريت فيها انتخابات ؟ ماذا ترى الشعوب المتمدنة فى بلادنا وهى تقدم لها نوابا لعشرين مليونا لم يساهم فى اختيارهم الا عشرة ملايين فقط ؟

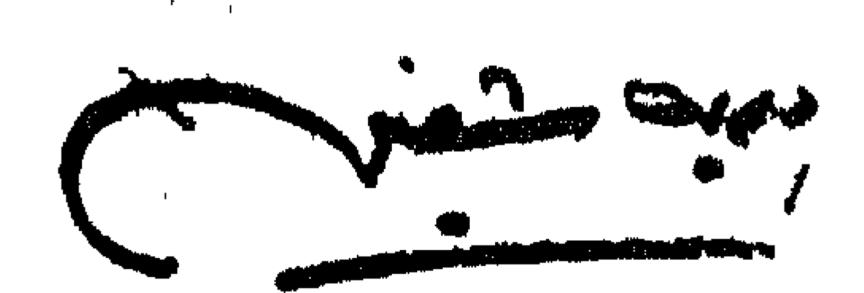
ويسمع العالم ان مصر مهد المدنية وانها محطة عالمية تجتمع فيها الثقافات القديمة والحديثة ، ويلتقى نشاط الشرق بالغرب ، وانها امة متحضرة فيها مدن تضارع اجمل مدن الدنيا ، وفيها مدارس وجامعات وفيها كل مظاهر الحضارة الحديثة

ثم يرى العالم ان البنت فى مصر تتعلم وتحتل المراكز الكبرى وتشغل الوظائف الهامة وتساهم فى الحياة العامة ، وتساهم حتى فى شئون السياسة ، ثم اذا جاء الجد واجريت الانتخابات حرموا المراة من مزاولة هذا الحق الطبيعى ، وتنزل مرتبتها فورا الى مرتبة المراة البدائية فلا وزن لها ولا قيمة فى اختيار ممثلى بلدها

وكان المصريون من ثلاثين سنة معذورين فى حرمان المراة من الحق الدستورى فقد كان هذا الحق مقصورا على ثلاثة او اربعة بلاد فى العالم ولكنّ اليوم تغيرت الظروف ، واصبح للمراة جميع الحقوق التى للرجال ، ولم تشذ عن ذلك الا مصر ، ولعلها زعيمة البلاد التى اخذت على عاتقها مكافحة حريات المراة الدستورية

وقد سقطت حجة المحافظين فها هى سوريا وتركيا والباكستان قد نالت المراة فيها حقوقها السياسية وهى بلاد اسلامية لا غبار على ايمانها بالدين السمح الكريم وتعاليمه العالية فما حجة هؤلاء المحافظين اليوم ؟

انى اسجل هذه الافكار للذكرى فقط بمناسبة ما يقال عن ان انتخابات جديدة ستجرى فى مصر ، واملى ان ينفذ المسئولون نص المادة الثالثة من الدستور التى ساوت بين المصريين فى جميع الحقوق والواجبات ، والا جاء مجلس النواب الجديد ممثلا لنصف الامـــة فقـــط .



سيدة هندية فى الميدان الدولى

السيدة حنه سـن
رائدة اجتماعية ومربية فاضلة



عندما انعقدت لجنة المرأة التابعة للامم المتحدة فى ليك سكسس أخيرا مثلث الهند فيهـا سيدة من خيـرة نسـائها اللاتى طالمـا جاهدن بصبر وهدوء منذ عهد التلمذة فى سبيل الفوز بحقوق المرأة ·

وتنحدر حنه سـن فى جوها من عائلة بنغاليـة مستنيرة وهى الابنة الثالثة لمحام باز من محامى كلكتـا النابهين هو ب· م· جوها ، وكان نجاح بناته الباهر فى الدراسة موضع غبطة الجميع وتقـديرهم حتى ان نائب رئيس جامعة كلكتا حينذاك وصفهن بأنهن فلتة من فلتات الطبيعة وأعفاهن من فصلين من فصول الدراسة الوسطى نظرا لتفوقهن الملحوظ ·

التحقت حنـه بكلية الحقوق ولكنها اتخـذت التدريس مهنة لها · وبعد حصولها على أرقى الدرجات العلمية فى سـنة ١٩٢٢ عينت ناظرة لمدرسـة الاخ فلتشر التى تعرف اليوم باسم (المدرسة العليا الجديدة (فى بومبـاى) وهى أول ناظرة هنـدية تعين فى المدارس التى تديرها هيئات أجنبية ·

وبعد ثلاث سنوات تزوجت من الدكتور س· س· سن العالم المتخصص فى الاشعة السينية ولكنها لم تتخل عن نشاطها السياسى والاجتماعى وكانت السنوات السبع التى قضتهامع زوجها فى انجلترا ذات أهمية حقيقية لهـا · فقد درست لتحصل علـى درجة فى علم النفس التربوى من جامعة لندن ثم أصبحت هى نفسها باحثة تربوية · ومثلت عددا من الجمعيات النسائية الهندية واتصلت بكثير من الجمعيـات البريطانية المماثلة التى تعنى بشئون التربية والتعليم ، وطالما طافت بالمدن والمعاهد البريطانيـة تحاضر عن مشاكل المرأة الهندية · وما زال البعض يذكر حتى اليوم محاضراتها الثائرة من أجل استقلال الهند فى قاعـة الاجتماعات بمجلس العموم البريطانى ·

خدمة الوطن

ولما وردت أنباء نشاطها وخدماتها الى الهند دعتهـا جمعية نشر التعليم لجميع نساء الهند الحديثة التأسيس لتعاون فى تأسيس معهـد العلوم بكلية ليدى اروين فى نيودلهى · ثم اختيرت مديرة للمعهد الذى أشرفت على تنظيمه والعناية به مدى خمس عشرة سـنة ، حتى أضحى اليوم من أعظم كليات الهند وأضحت برامجـه التعليمية مثلا تحتـذى به سائر المعاهد والكليات ·

وكانت الخدمة الكبرى التى أسدتها السيدة سـن الى كلية ليـدى أروين هى تأسيسها لصندوق البعثات الخارجية التى ساهمت هى فيه من مالها الخاص بمبلغ ٥٠ ألف روبية ·

وحب الخدمة الاجتماعية الذى تغلغل فى أعماق قلبها دعاها الى الاستجابة الى نداء الوطن لحل عشرات المشكلات التى واجهته بسبب التقسيم لا سيما تلك التى تتصـل بالنساء والاطفال فاستقالت من ادارة كلية ليدى اروين لتلقى بنفسها فى خضـم الخدمة العـامة تحت امرة وزارة الاغاثة والتوطين وهى اليوم مستشـار فخرى لحكومة الهنـد فى كل ما يتصل بالمشاكل المعلقـة التى تفرعت عن التقسيم ·

وفى سنة ١٩٤٨ عند ما انعقد المؤتمر الدولى للخدمة الاجتماعية فى نيويورك كانت السيدة سن احدى المراقبات الهنديات نيـابة عن مؤتمر جميع الهند للخدمة الاجتماعية وبعد شهر واحد شهدتهـا جنيف تمثل مؤتمر عمـوم نساء الهند فى المؤتمر الدولى للهيئات غير الحكومية ·

وهى علاوة على مشاغلها العديدة ، عضـو فى المكتب التنفيذى للجنة الهنـدية التابعة لليونسكو وسكرتيرة فخرية فى اللجنة الهنـدية الوطنية التابعة للامم المتحدة لمساعدة الاطفال ، وجميـع هذه المناصب والمشاغل لا تعوقها لحظة عن مواصـلة اهتمامها بكل ما يعود بالخير على النساء والاطفال ·

وتمتاز السيدة سـن بعقلية جبارة وذكاء وقاد ، ومقدرة عظيمة علـى التمكن من دقائق الامور وتفاصيلها علاوة على لطف جم وتواضع محبوب ·

وبالرغم من كونها مضيفة ساحرة تخلب لب سامعيها بحديثها العذب ، الا أنهـا ادارية حازمة لا تكاد تعرفها عندما ترأس اجتمـاعا هاما تدير أعماله وبحـوثه ومناقشاته المتشعبة ·

هذه سيدة واحـدة من سيدات الهند الشقيقـات تقدمها (بنت النيل) كمثل بارز لما يجب أن تكون عليه المرأة المثقفة ·



محمد خطاب بك يؤيد المرأة المصرية

جرت عادة اتحاد بنت النيل أن يدعو فريقاً من صفوة رجال المجتمع المصرى بين حين وآخر لالقاء محاضرات تتناول المرأة المصرية والدور الذى يجب أن تقوم به لاصلاح مجتمعنا

وكانت آخر محاضرة من نصيب صاحب العزة الشيخ المحترم محمد خطاب بك • وكان موضوعها (حقوق المرأة المصرية وواجباتها فى الحياة الوطنية) •

◆ ابتدأت المحاضرة فى الساعة الخامسة من يوم الاثنين ١٧ مارس ١٩٥٢ ، وقد حضرها جمع غفير من سيدات مجتمعنا ، وكان فى استقبال وفود الحاضرين والحاضرات الدكتورة درية شفيق رئيسة اتحاد بنت النيل وسيدات الاتحاد • وتميزت المحاضرة هذه المرة بحضور بعض السيدات من الجزائر بالمغرب العربى ، وقام بتقديم حضرة المحاضر الكبير السيدة فتوحة عثمان

◆ واستهل خطاب بك محاضرته بالتعليق على مثل لطيف تعليقا له مغزاه ودلالته أما هذا المثل فهو « لو أنصف الناس لاستراح القاضى » • وأما تعليق حضرة المحاضر فقد ابتدأ بغمزة خفيفة حينما حوره قائلا « لو أنصف الناس لاستراح الناس » • ثم انتهى بتلميح كان له وقع أشد من التصريح حينما أمعن فى تحوير المثل قائلا : « لو أنصف الناس لاستراح اتحاد بنت النيل ولاسترحتم حضراتكم من عبء سماع هذه المحاضرة » •

◆ وكان للقانون دور فى المحاضرة وخاصة القانون الدستورى الذى ألمح خطاب بك الى المادة الثالثة منه التى تقول بأن المصريين لدى القانون سواء ، ولم تقل المصريون والمصريات مثلا •

◆ وأعرب الشيخ المحترم عن تفاؤله حينما قارن بين الخطوات التى تخطوها المرأة المصرية فى تطورها وجهادها لنيل حقوقها وبين المرأة الاوروبية ، وضرب لذلك مثلا بالمرأة الانجليزية التى لم تمنح حق دخول الامتحانات الجامعية الا منذ سنة ١٨٦٥ وقال ان المرأة المصرية بدأت تدخل الامتحانات الجامعية من سنة ١٩١٦ وهو فرق بسيط بينها وبين المرأة الانجليزية •

◆ كذلك أبان خطاب بك للحاضرين والحاضرات حقيقة قد لا يتنبه اليها الكثيرون والكثيرات وهى ان المرأة المصرية هى الوحيدة التى اشتركت من تلقاء نفسها فى حركة ١٦ مارس سنة ١٩١٩ حينما اجتمع لفيف من عقائل الاسر الراقية فى القاهرة والفن مظاهرة كبرى منهن سارت فى شوارع العاصمة تنادى بالحرية والاستقلال وبسقوط الحماية البريطانية

◆ وقال سعادة المحاضر ان المرأة المصرية ستنال حقوقها عما قريب وانه لا يريد أن يتملق السيدات بهذا الكلام بل انه متأكد من ذلك تمام التأكيد • وأظهر اعتزازه بهذا الكلام بقوله : « الايام بيننا » •

◆ وطالب الاستاذ المحاضر بعدم الاستكانة والاستمرار فى الكفاح لانه « لا يموت حق وراءه مطالب » ، ونصح بعدم قصر النشاط على المطالبة بالحقوق السياسية فقط بل بالاجتهاد فى نشر التعليم وغيره من النواحى الطيبة الاخرى • واعترف خطاب بك بنجاح اتحاد بنت النيل فى جهاده فى سبيل محو الامية •

◆ وعقب انتهاء المحاضرة انهالت الاسئلة على خطاب بك فكان يجيب على كل منها اجابة شافية • ولما كان الدكتور راشد البراوى بك الاستاذ بجامعة فؤاد الاول حاضرا فقد طلب منه بعض الحاضرين والحاضرات التعقيب على المحاضرة •• فاستجاب لرغباتهم ووقف أمام الميكروفون •

◆ وكان الدكتور راشد البراوى بليغا فى تعقيبه الذى استهله بعجبه من أن يطلب منه الكلام فى قضية لم يعد أحد فى العالم المتحضر يفكر فيها • وقال ان ٦٠ دولة فى هيئة الامم المتحدة تعترف بحقوق المرأة و١٣ دولة بينها ٧ من الدول العربية هى التى تتردد فى منح المرأة حقوقها المشروعة •

◆ وأفاض الاستاذ الجامعى حتى ملك قلوب السامعين والسامعات • وأنهى كلمته باعرابه عن ثقته فى وصول المرأة المصرية الى حقوقها عما قريب وقال: « أنا لا أفهم كيف تدفع المرأة الضرائب دون أن تشترك فى وضع سياسة الضرائب » •

◆ وانتهت المحاضرة بكلمة من الاستاذة فتوحة عثمان بالنيابة عن اتحاد بنت النيل تشكر فيها خطاب بك على محاضرته القيمة وراشد بك البراوى على تعقيبه القيم • وأمضى الجميع بعض الوقت فى حديث طلى أثناء تناول الشاى والحلوى •

ا • خ •

فى زيارة جمعية الأميرة فريال

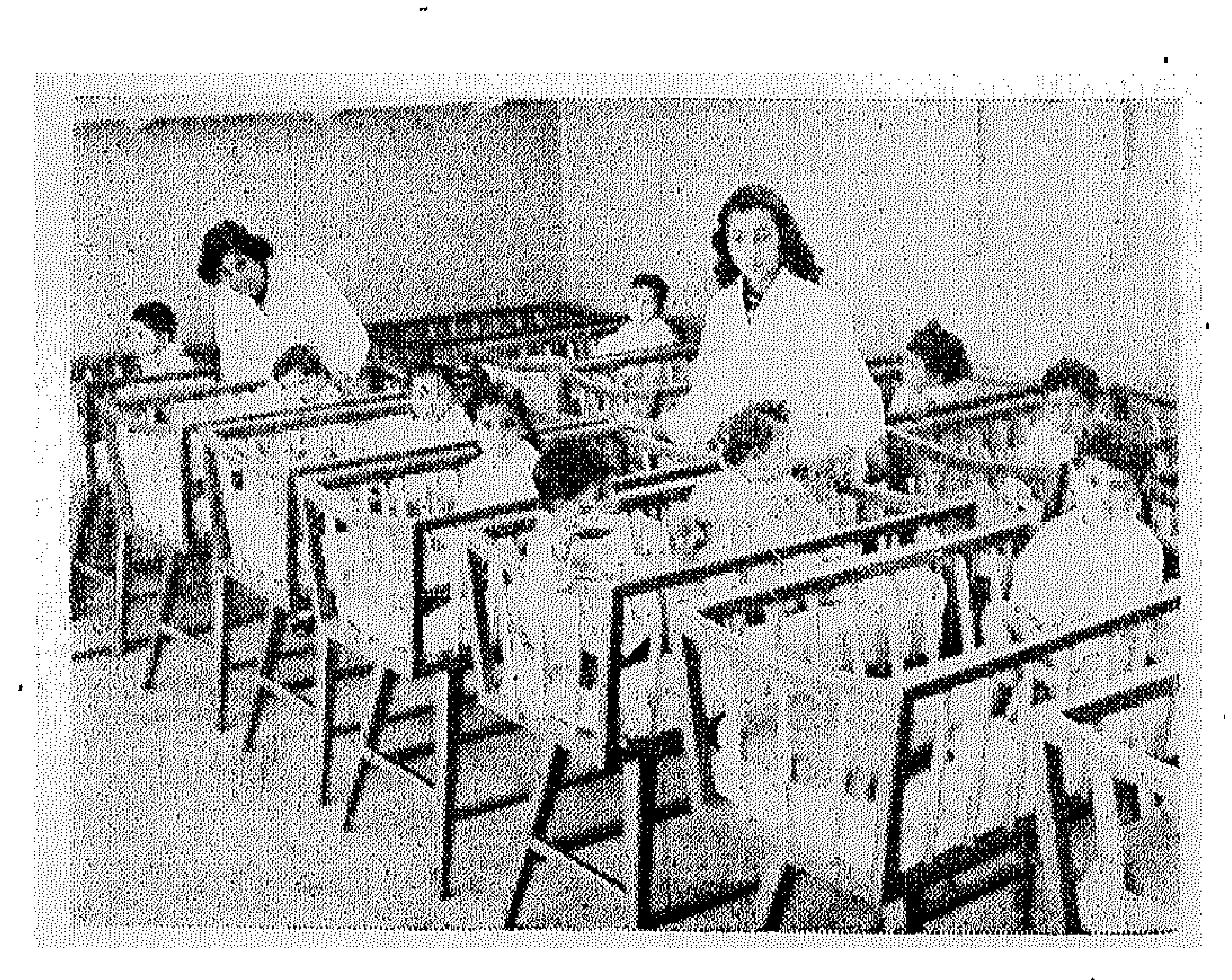
للخدمة الاجتماعية

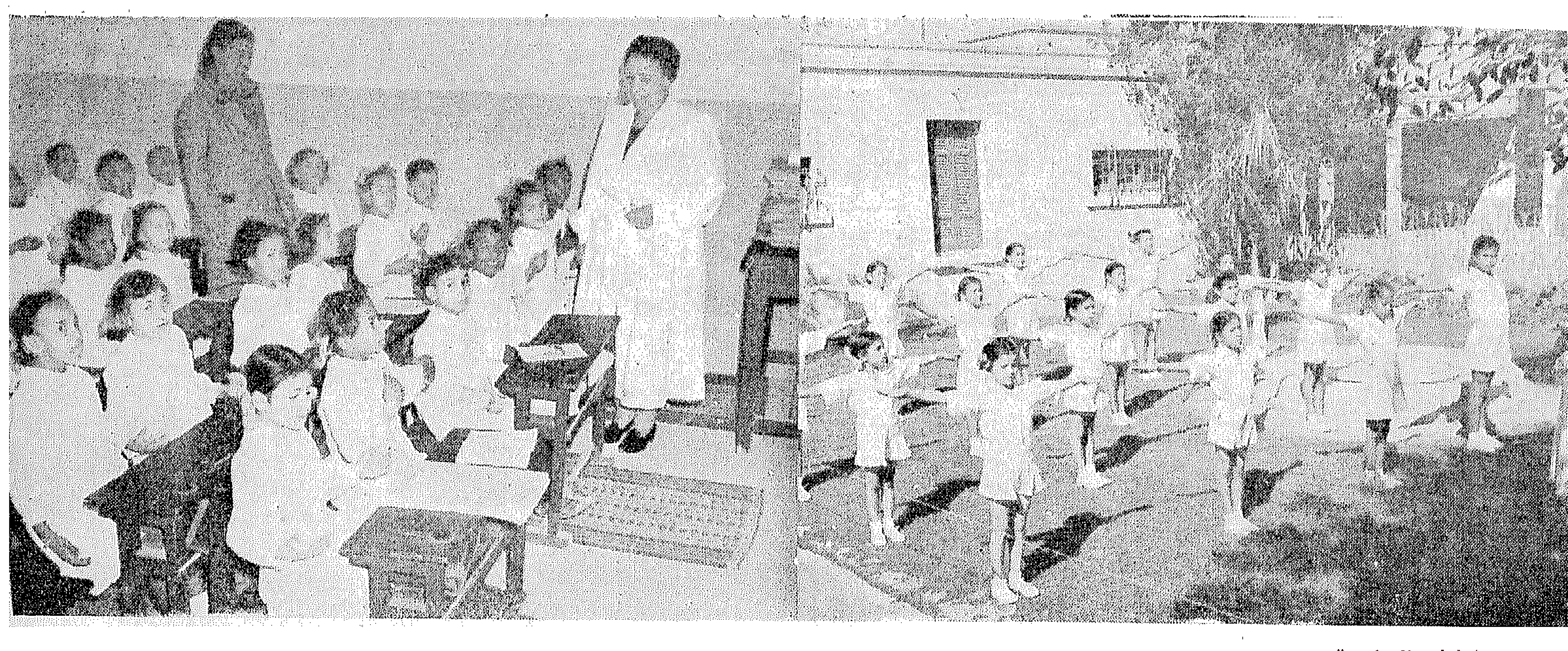
هناك فى مكان يتوسط القرى المحيطة بمصر الجديدة يقوم مبنى أنيق قد يحسبه الانسان قصرا لاحد العظماء لولا تلك اللافتة التى كتب عليها (جمعية الاميرة فريال للخدمة الاجتماعية) وهذا المبنى يعطينا صورة لمجهود سيدات عرفن حق الفقير فى أموالهن فأخذن يجمعن التبرعات ويقمن بنشاط كبير حتى أصبح الحلم حقيقة واقعة وخرجت مبرة الاميرة فريال الى الوجود لترعى الفقراء وتقضى حاجة المحتاجين ويرجع الفضل فى هذا كله الى أعضاء المبرة وعلى رأسهن سنية هانم عنان وتقوم الجمعية بمجهود كبير فى فعل الخير وخدمة المجتمع فهى تقدم لبعض الاسر الفقيرة وجبات من الغذاء يتناولنها من المطعم نظير خمسة مليمات كما تقوم بصرف الملابس فى المناسبات المختلفة . ولا يقتصر مجهود سيدات الجمعية على منح الغذاء والكساء للفقراء بل انها تحاول معالجة أسباب الفقر بأن توجد عملا للعاطلين منهم وتقدم المنح والسلفيات لهم لكى يؤسسوا تجارة صغيرة فيستطيعوا بذلك أن يكسبوا عيشهم بطريقة تمنع عنهم ذل السؤال وتحفظ لهم كرامتهم وتضمن لهم حياة سعيدة .

ولا يفوت الجمعية أن تساعد العائلات التى يصيبها الدهر بما ينزلها الى مصاف الفقراء بأن تقدم لها المعونة بطريقة كريمة أو توجد عملا لبعض أفراد الاسرة حتى تستطيع أن تشق طريقها فى الحياة بغير مساعدة الجمعية ، هذا علاوة على رعاية الشواذ الذين تعجز الهيئات المختلفة عن رعايتهم .

وقد أفردت الجمعية قسما خاصا من أقسامها للحضانة يدخل فيه الاطفال الفقراء أو الذين فقدوا أهلهم فأصبحوا يتامى علاوة على فقرهم ويقضى هؤلاء حياتهم من سن الفطام الى سن السادسة كأحسن ما يمكن لطفل أن يقضى حياته اذ يقدم لهم الغذاء الصحى ، ويهيء لهم أسباب النوم المريح كما تعودهم العادات الصحية المختلفة وفوق ذلك فانه يضفى بين الاطفال جوا من الالفة البريئة والمرح فى أوقات الفراغ المختلفة . وعندما يبلغ الطفل سن السادسة يدخل المدرسة الاولية النموذجية الملحقة بالمبرة ليتلقى قسطا أكبر من التعليم وفى هذه المدرسة تتناول الفتاة وجبتى الافطار والغذاء علاوة على ما تقدمه الجمعية من كساء وحلوى فى المناسبات المختلفة ، ولا تقتصر المدرسة على قبول أطفال قسم الحضانة بالمبرة بل تقبل أيضا الفتيات اللائى يجئن اليها من الخارج .

وللمبرة مشغل خاص يضم كثيرا من الفتيات يقمن





درس الالعاب الرياضية

فى الفصـــل

بحياكة الملابس وتطريزهـا لكى تباع لصالح المبرة ينفق ثمنها فى فعل الخير ، ولا تنسى الجمعية هنا أن تقدم لهؤلاء الفتيات أجرا عـلى عملهن يشجعهن على العمل علاوة على زيارة الاخصائيات الاجتماعيات لاسر هـؤلاء الفتيات لتقدم لها المساعدة ولتسدى لها النصح ولتحل المشاكل التى تعرض للفتيات فى حياتهن الخاصة .

ومما تجدر الاشارة اليه أن الجمعية قد أفسحت جانبا من مبناها للضمان الاجتماعى اذ أنها لا تحب أن تفرق بين وسائل الخير ما دامت كلها توصل الى النتيجـة التى يريدها الجميع وهى رعاية الفقراء والمحتاجين وقد كان لهذا أثره فى تعاون الجمعية مع الضـمان الاجتماعى فى دراسة الحالات الاجتماعيـة المختلفة التى تتقدم للضمان أو للمبرة .

وعلاوة على العلاج المجانى الذى تقدمه المبرة للفقـراء حالات قد تضطر فيهـا الى معالجة المرضى عند أطبـاء اخصـائيين بدلا من ترك أمرهم الى المستشفيات ، هذا بالاضافة الى ذلك القسـم الذى أنشأته المبرة لرعاية الطفل تتردد عليه الحوامل لحفظ مستواهن الصـحى طوال مدة الحمل حتى يخرج الطفل سليما معافى .

ومهما حاولت أن أعـدد نشاط المبرة فلن أستطيع أبدا ولكن كل ما أستطيع أن أقوله هو أن الخير لا زال على الارض وأن هنـاك من يخففن آلام المجتمع باحترافهن فعل الخير .

ف . م . ع .



بعض نشاط اطفال المؤسسة وتبدو عليهم علامات الصحة

تليفون بنت النيل { ٤٩٦٦٨ ٤٠٦٨٤

واجبنا نحو الريف المصرى

◆ نظمت الكلية الامريكية للبنات برنامجا حافلا لدراسة القرية المصرية من جميع النواحى .

◆ وقد ابتدأ القسم النظرى بمحاضرة قيمة ألقاها سعادة الدكتور احمد حسين باشا وزير الشئون الاجتماعية الاسبق فى قاعة المحاضرات بالكلية . وكان موضوعها هو : « دور المرأة المصرية فى ميدان الريف ، وواجب الحكومة والافراد نحو فلاحينا وفلاحاتنا » ...

◆ وكانت المحاضرة برياسة الاستاذة عايده جندى بمصلحة الضمان الاجتماعى بوزارة الشئون .

◆ وتكلم فيها سعادة احمد حسين باشا كخبير بظروفنا الاجتماعية وكأول مدير لمصلحة الفلاح بوزارة الشئون .

◆ وكانت الاحصائيات التى أوردها لنا من الدقة بحيث دهشنا لها ومنها عرفنا أن بمصر ٤٠٠٠ قرية يسكنها ١٢ مليون فلاح وفلاحة .

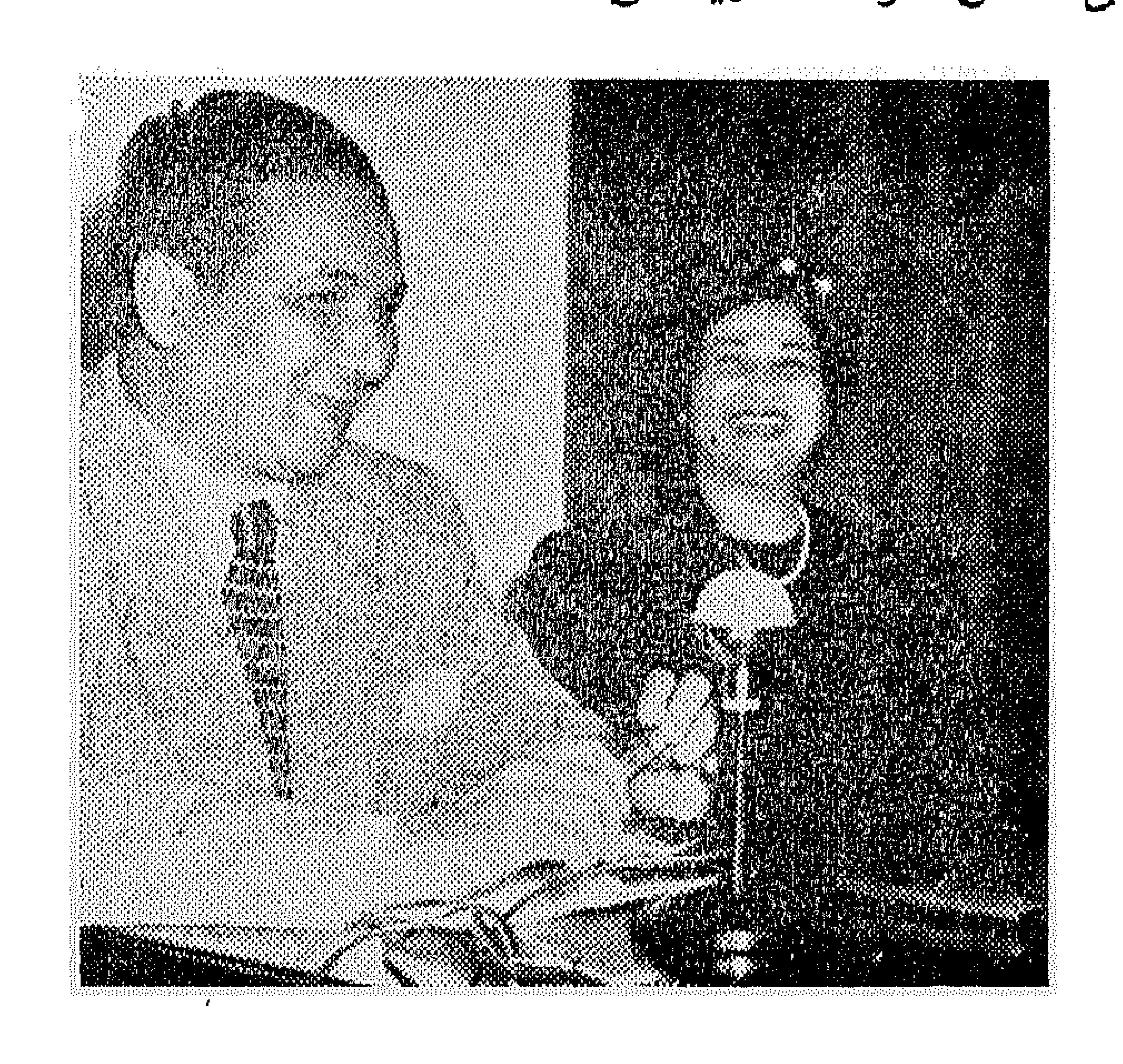
◆ وخلص الدكتور مما تقدم الى ثقل المهمة الواقعة على كاهل المرأة المصرية فى ميدان الريف المصرى وعلى الحكومة سواء بسواء ... ونادى بالتعاون بينهما حتى يتحقق الاصلاح فى البلاد.

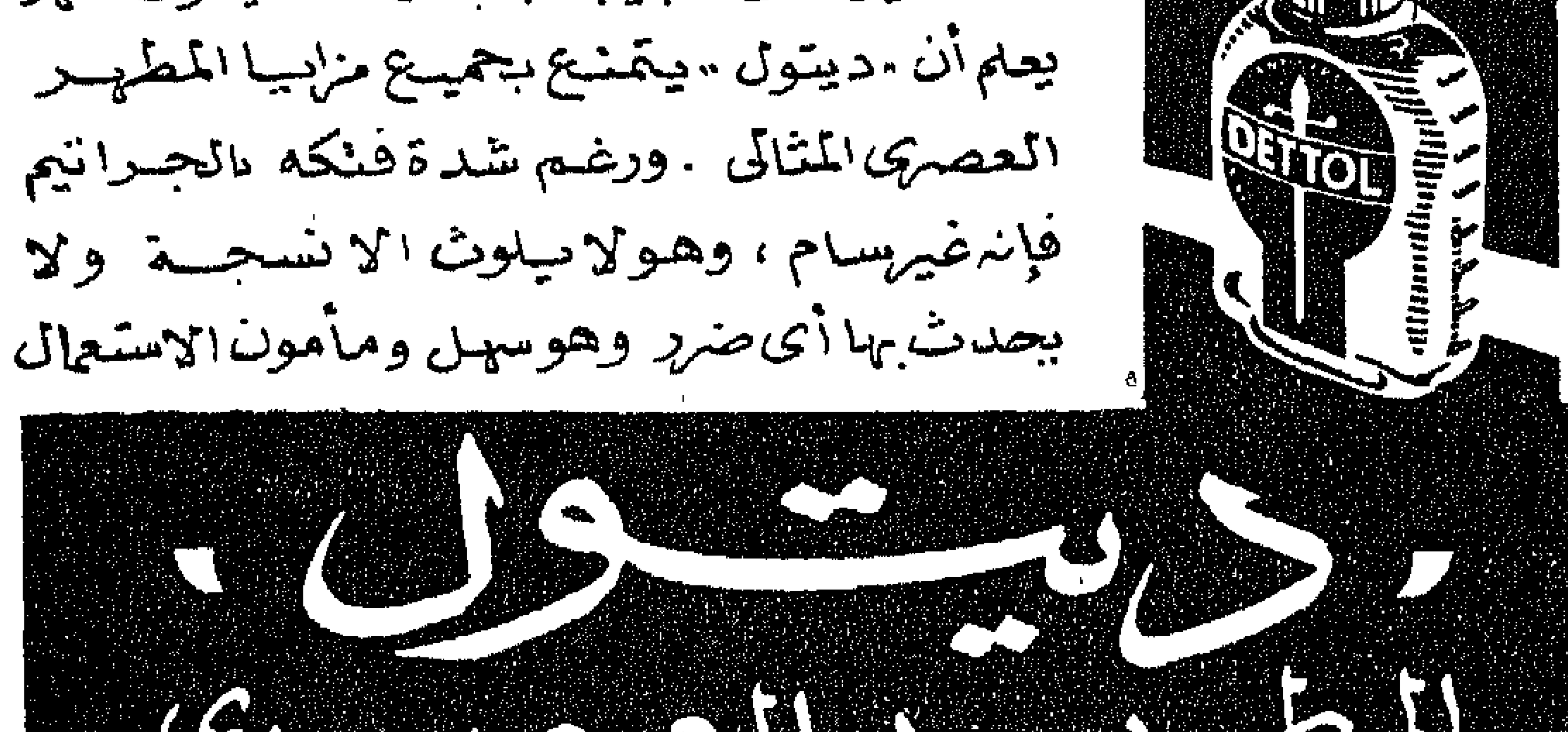
◆ واستعرض الدكتور أيضا حياة الفلاح فى المنزل وفى الحقل وحالته الاقتصادية والاجتماعية والصحية ولم يترك ناحية الا ووفاها حقها .

◆ وبرغم اعتراف سعادة المحاضر بسوء حالة الريف فانه عبر عن أمله فى الاصلاح وتحسين الحالة .

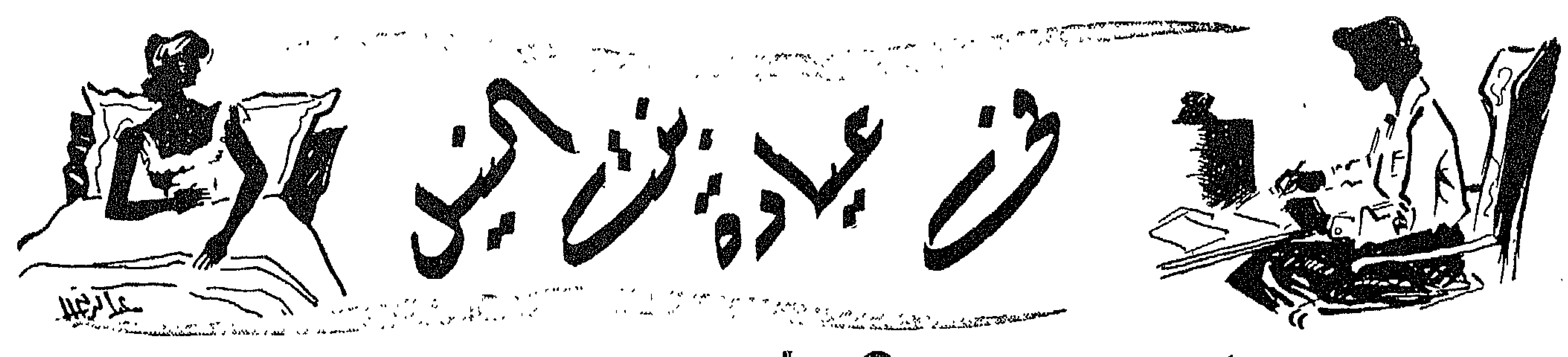
◆ واختتم احمد حسين باشا المحاضرة بدعوة المرأة المصرية الى النزول الى القرية وتحريرها من الفقر والجهل والمرض تلك الآفات الثلاث التى تنخر فى عظام مصر وتؤخر من تقدمها .

◆ وعقب انتهاء المحاضرة دعى الحاضرون والحاضرات الى تناول الشاى وبعد قضاء وقت طيب فى الحديث عادوا الى قاعة المحاضرات حيث أجاب الدكتور احمد حسين باشا على الاسئلة والاستفهامات التى تتناول المحاضرة .





عرضت السيدة عفت ناجي مجموعة من صورها البديعة في محل علاء الدين بشارع قصر النيل . وقد لاقت تلك المجموعة اعجاب كل من شاهد المعرض . وهذه صورة السيدة عفت ناجي بريشتها



ولد ... أو ... بنت ؟

وأسئلة أخرى ...

للدكتور محمد شوقي عبد المنعم

١ — كثيرا ما تتعجل الام الحوادث وتحاول اجهاد نفسها في معرفة نوع الجنين الذي تحمله في داخلها — هل هو ولد — أو بنت — مما دعا بعض الاطباء لمحاولة معرفة نوع الجنين قبل الولادة بطريقة أو بأخرى ، ومن بين هذه الطرق هي سماع نبض الجنين وعده ، فمن المعلوم أن النبض يتناسب مع حجم الجنين ، فكلما كان الجنين أكبر ، كان نبضه أقل . والاولاد على العموم أكبر في الحجم من البنات ، فان كان نبض الجنين أميل للقلة يغلب أن يكون الجنين ذكرا ، والعكس بالعكس .

٢ — هل يستطيع الطبيب معرفة الحمل التوأمي :

نعم يستطيع ذلك اذا كان حجم الرحم أكبر من الطبيعي أو أحس الطبيب أجزاء جنينين داخل الام ، أو سمع نبض جنينين داخل الرحم بمسماعه الطبي ، ويمكنه التحقق من ذلك بعمل أشعة

٣ — هل التوأم وراثة :

نعم ، فان لم تكن عائلتك أو عائلة زوجك تعتاد الوضع التوأمي ، فلا تتوقعي مجيء توأم الا في حالات نادرة جدا ولكل ٨٠ ولادة فردية تحدث ولادة واحدة توأمية .

٤ — هل الوحم يؤثر على شكل الاطفال :

طبعا لا يتأثر شكل الطفل ولا عقله بالخرافات كنظرك لاى صورة ، أو رغبتك ، أو حرمانك من أى صنف من الطعام .

٥ — هل أطفال الزوجات الكبيرات في السن أعقل ؟

ربما كان ذلك صحيحا ، لان الكبار أحسن أداء لواجباتهم في التربية وتكاليف الحياة من المتزوجين وهم صغار السن ؟

٦ — هل الطفل البكري أقل ذكاء من اخوته ؟

ربما كان ذلك صحيحا في بعض الحالات لان ولادة البكرية أطول وأعسر على الطفل كما هي عسرة على الام ، فيكون المخ معرضا للضغط أو التلف أثناء الوضع ، أكثر من بقية الاطفال التالين .

٧ — هل يولد الطفل قبل تمام مدته ؟

قد يحدث هذا كثيرا خصوصا في الامهات المصابات بالزهري أو أمراض الكلى ، أو عقب صدمة ، أو نزف قبل الولادة ، أو لغير ما سبب ظاهر ، غير أنه أكثر ما يكون السبب هو الخطأ في حساب مدة الحمل .

٨ ابن سبعة يعيش وابن ثمانية يموت ؟

طبعا خطأ ، فابن ثمانية شهور أقدر على مواجهة الحياة ، جثمانيا وصحيا من ابن سبعة شهور .

٩ — هل تحيض الحامل؟

لا فان حدوث الحيض طبيعيا من كافة الوجوه في الميعاد والكمية يكاد يكون سببا لعدم وجود الحمل ، غير انه قد يحدث أن يخرج بعض الدم من الرحم أثناء الحمل لاسباب غير طبيعية قد تكون خطرة مثل احتمال الاجهاض ، أو وجود حمل خارج الرحم ، ولذا يجب عرض الامر على الطبيب .

علاقة العين بأمراض الجسم

للدكتور فريد مسعود

قديما قيل ان العين مرآة النفس وهذا واضح في كل وقت حيث يظهر في العين كل ما يخالج المرء من احساسات مختلفة : من ألم وحزن أو فرح وسرور .

وحديثا أظهر العلم أن العين هي كذلك مرآة الجسم حيث تظهر فيها علامات الصحة والسلامة كما تظهر فيها علامات المرض .

ولتوضيح هذا نعطى بعض الامثلة :

فأولا — س. ١٠ طفلة عمرها أربعة شهور تسير في تغذيتها ونومها ويقظتها سيرها العادي عدا ما لاحظته أمها من ظهور انحراف أو حول قليل باحدى عينيها وهو ما كان يحدث بين آونة وأخرى . ولما أجرى لها الفحص وجد أن الحالة التي كانت تظهر في العين هي في الحقيقة ظاهرة موضعية وجزء من حالة عامة كانت تعانيها الطفلة الصغيرة بسبب تكوين سموم أو مركبات مؤذية في بعض أنسجة وخلايا الجسم . وعندما زال هذا السبب زال معه العارض الذي ظهر في حركة العين .

وهناك أمثلة أخرى تشابه هذه الحالة حيث تكون فيها الاعراض التي تصيب العين عند الاطفال الصغار غير واضحة تماما وذلك عندما تطغى عليها الاعراض التي تظهر في نواح أخرى من الجسم وفي جميعها يكون السبب راجعا الى وجود حالة عامة غير طبيعية تتكون فيها مواد مؤذية وضارة هي السموم التي تفعل فعلها المؤذي في بعض أنسجة وخلايا الجسم . وعندما تزال الاسباب الاساسية تزول معها الاعراض التي تظهر في الجسم وفي العين ، هذا اذا عولجت الحالة في بدايتها . أما اذا بقيت تلك الاسباب فعندئذ ينشأ من بقائها واستمرار فعلها تغيرات مرضية ثابتة تعرف بالمضاعفات وهذه التغيرات يصعب ايقافها ويستعصى علاجها كلما قدمت ومر عليها الزمن ويتضح هذا من المثل الثاني وهو حال ع. م. صبي عمره عشر سنوات لاحظ والداه حدوث احمرار في بياض عينيه يظهر من وقت لاخر ويجعله يميل لدعك عينيه بيديه كلما وجد أن هذا يعطيه بعض الراحة مما يعانيه من تعب . وبفحصه وجد أن حالته مسببة كذلك عن تكوين سموم في أنسجة وخلايا الجسم وان الحالة

الظاهرة فى العينين هى فى الحقيقة جزء من حالة مرضية عامة لم تلاحظ فى بدئها أو لم يعن بها فى وقتها . فلما استمرفعلها زمنا أنتجت حالة تصحبها مضاعفات فى العين وهى التى يطلق عليها الاسم المعروف والمشهور بالرمد الربيعى .

وهذا الرمد الربيعى الذى يعانى المصابون به تعبا كثيرا هو مثل لحالة مرضية تبدأ بتكوين مواد فى الانسجة تسمى الهستامينات وهذه لها فعل مؤذ على أنسجة الاوعية الدموية الصغيرة حيث تتغيرحوائطها فتصير قابلة لإن تنفذ منها السوائل التى بداخلها الى الانسجة المحيطة بها وبذلك تختل موازنة السوائل المحيطة بالخلايا وتظهر الاعراض الاولى . وبتكرار واستمرارهذه الحالة المرضية تحدث تغيرات ثانوية تثبت وتكبر وتعطى مضاعفات لا يمكن ازالتها بالوسائل البسيطة التى كان يمكن أن تفيد فى الدور الاول من بدء هذه الحالة المرضية .

ويعلل ظهور الاعراض الاولى لمثل هذه الحالات المرضية العامة فى أنسجة العين أولا بالتكوين الجنينى للخلايا التى نشأت منها أصلا أنسجة العين . وقد أصبح مفهوما الان ان مثل هذه الحالةالمرضية الموجودة فى العين هى فى الحقيقة جزء من حالة مرضية عامة تظهر أعراضها تدريجيا وبعد زمن فى أنسجة وأجهزة مختلفة .

واذا بحثنا كيف تتكون هذه السموم أو الهيستامينات بنوع خاص وجدنا حقيقة جديرة بالعناية ذلك انه قد ثبت وجود علاقة وصلة بين نشأة هذه السموم وتكوينها والحالة الفكرية العامة التى يكون عليها الشخص المصاب وقد لوحظ ان أكثر ما ينشأ عنه تكوين هذه المركبات هو الشعور بالخوف وعدم الطمأنينة أو بالخيبة والفشل مع عدم المقدرة على الحصول على غرض منشود ويصاحب هذا بطبيعة الحال مضاعفات فى الشعور والتفكير . وتغير فى افرازات الغدد الصماء ومضاعفات تنتج بايجاد حلقة مفرغة .

والان وقد أعطينا مثلا مما يحدث فى طور الطفولة الباكرة ومثلا مما يحدث فى دور البلوغ أو المراهقة والشباب الباكر نعطى مثلا ثالثا مما يحدث فى سن الكهولة أو السنين التى تتبع زمن الشباب . وهو حال م. ع. سيدة فى سن الخامسة والثلاثين يأتيها صداع فى بعض الاوقات ويصحب هذا الصداع ظهور حلقات أو هالات ملونة أمام العين مع نقص فى الابصار وبفحصها وجد عندها زيادة فى الضغط أو التوتر الطبيعى للعين وهو ما يسمى الجلوكوما وما يعرف عاميا بالميه الزرقاء . وما يحدث عادة فى هذه الحالات هو اما أن تعالج طبيا أو جراحيا ليرجع الضغط طبيعيا فى العين . والذى يلاحظ دواما هو انه مع نجاح العلاج والعمليات مع الناحية الفنية وهبوط ضغط العين الى الحد الطبيعى فان درجة الابصار كثيرا ماتستمر فى التناقص وقد وضح ان سبب هذا هو التغيرات المرضية الموجودة فى الانسجة وفى الاوعية الدموية التى تحمل الغذاء لانسجة العين الدقيقة وهذا التغير الناتج عن السموم المكونة فى الانسجة والاعراض التى تلاحظ فى العين هى جزء من هذه الحالة المرضية العامة .

والرأى السائد الان هو ان الكثير من الامراض الشديدة الوطأة التى تصيب الجسم تظهر لها أعراض أولية فى أنسجة العين

الطفل عند ولادته

لطبيب بنت النيل

لا تهتم الام كثيرا بالطفل عند ولادته لانها تكون متعبة مرهقة ، محتاجة الى الراحة فتنظر الى طفلها كأنه قطعة من اللحم الآدمى ولكنها ستندهش وتهتم له عندما ترى عينيه اللامعتين مفتوحتين وتلاحظ كيف يحرك رجليه وذراعيه فى نشاط بعد ذلك .

ويبكى الطفل عند ولادته وهذا دليل على أن هواء قد دخل رئتيه والا أعطى الطبيب الطفل غاز الاكسيجين ليستنشقه أو اتبع معه طريقة أخرى حتى يتنفس الطفل تنفسا طبيعيا ويربط الحبل السرى في موضعين ويقطع بينهما ثم يوضع غبار معقم مكان القطع، ثم يلف الطفل بملاءة ويوضع جانبا حتى يتمكن الطبيب المولد أو الحكيمة من العناية بالام .

ويتراوح طول الطفل حديث الولادة بين ٤٧ و٥٠ سم ووزنه بين ٢ ونصف و٣ ونصف كيلو واذا كان وزن الطفل يقل عن ٢ كيلو فانه يكون غير كامل النمو ويكون حجم رأسه كبيرا بالنسبة لحجم جسمه وقد يكون شكل الجمجمة غريبا بسبب ضغط عظام حوض الام عليها أثناء الولادة ولكنها تعود الى حالتها الطبيعية فى ظرف أيام قليلة .

ولا تجزع الام اذا وجدت انتفاخا فى رأس طفلها بشكل البيضة فالطب يفسره بأنه دم تجلط بين عظام الجمجمة (الرأس) وجلد الرأس (الفروة) ، فاذا كان الجلد مصابا بجروح فيجب أن تضمد بمعرفة الطبيب، أما اذا كان خاليا من الجروح فانها تترك وهى تزول تدريجيا .

وتلاحظ الام عند غسلها رأس طفلها أن هناك منطقتين فى عظام القبوة غير ملتحمتين تماما ولا يغطيهما غير جلد الرأس ويتم التحام العظام فى هاتين المنطقتين فيما بعد

ويحرك الطفل ذراعيه ورجليه جيدا ما دام بصحة جيدة ولذا يستشار الطبيب اذا كان عاجزا عن ذلك .

وجلد الطفل حديث الولادة يكون رقيقا وقد تغطيه بقع بيضاء دقيقة للغاية فى بعض مناطق الجسم وخاصة حول الانف .

وتجد فى بعض الاطفال شعرا دقيقا مؤقتا مثل الزغب يغطى أجسامهم ـ وقد يوجد الشعر فى رأس الطفل أو لا يوجد ولكن مما هو جدير بالذكر أن الشعر الذى يولد به الطفل يزول ويستبدل به شعر اخر جديد .

ويجب على الام ألا تتوانى في استدعاء الطبيب اذا ظهر

تليفون بنت النيل ٤٩٦٦٨ ٤٠٦٨٤

على طفلها أعراض الصفراء ، نزيف تحت الجلد من الفم أو المستقيم (الشرج) وتشنجات، أو ذهول وسبات دائم فعلاج مثل هذه الحالات يتطلب خبرة طبية كاملة ولا تحسبن أنه فى امكانك علاج طفلك بالعقاقير الموجودة فى صيدليتك أو بالوصفات البلدية فان كثيرا ما ينشأ عنها أخطر النتائج .

وتكون أمعاء الطفل مملوءة بمادة سوداء هلومية القوام ولذلك يكون لون برازالطفل عند ولادته مزيجا من اللونين الاصفر والاسود وتدريجيا يكتسب لونه الاصفر المعهود (الكناريا) فى الطفل الذى يتناول لبن الثدى .

وقد تلاحظ الام أن ثدى طفلها ـ سواء أكان ذكرا أم أنثى ـ متضخم ويحوى افرازا خاصا فيجب عليها ألا تدلكهما فاذا حدث احتقان وتورم فى الثدى استشيرى الطبيب وقد يزول الاحمرار بعد يومين ولكن قد تجد الام أن الورم السابق وجوده قد كون رأسا فى قمته فاذا انفجر (فتح) فان هذا يكون خيرا من فتحه بعملية جراحية لانه يلتئم بسرعة ولا يترك أثرا بعد اسبوعين ، وقد يولد الطفل وقد شوهت ساقاه تحت الركبتين بسبب وضع الجنين داخل الرحم، كما أنه نادرا ما يولد الطفل وبه سنه أو أكثر وخاصة فى الفك الاسفل ، ويجب أن ينام الطفل حديث الولادة جيدا

ملائكة الرحمة



لا شك فى أن هذه الصورة تذكر الانسان أول ماتذكره بتلك الطائفة التى تجاهد فى صمت والتى يحق لها أن تحمل اسم ملائكة الرحمة . وهى طائفة الممرضات بالطبع .

ومهنة التمريض مهنة شاقة ولكن الشيء الذى يخفف من متاعبها استمتاع من يمارسها بتلك السعادة الروحية الدافقة التى يشعر بها أثناء عمله .

ان الممرضة لا يتيح لها عملها أية فترة من فترات الراحة الا فى القليل . فكل دقيقة لها ما يملؤها ولكن النظام الذى اتبعته مستشفياتنا الحديثة جعل لكل ممرضة فترة من الراحة عند الغروب . وكل ملاك من ملائكة الرحمة حر فى عمل ما يناسبها . فمنهن من تمضى الوقت فى التسامر مع زميلاتها ومنهن من تقرأ فى كتاب مسل ومنهن من تتناول شرابا منعشا مثل الكوكاكولا .

مصلحة التنظيم

تقبل عطاءات لغاية الساعة ١٢ ظهر يوم السبت ٢٦ ابريل ١٩٥٢ عن توريد ملابس وبطاطين وخلافه اللازمة لمصلحة صحة بلدية القاهرة ويمكن الحصول على الشروط مقابل مبلغ ٢٠٠ مليم يضاف اليه مبلغ ٨٠ مليم اجرة البريد

وتقدم الطلبات على ورقة دمغة من فئة الخمسين مليما (١١١٠)

مصلحة البلديات

تقبل العطاءات بمصلحة البلديات (بوستة قصر الدوبارة) لغاية ظهر يوم ١٩ ابريل ١٩٥٢ عن عملية توريد وتركيب جهازين كلور بكل من عمليتي المياه التابعتين لبلديتى كفر الشيخ والفشن . وتطلب الشروط والمواصفات من المصلحة على ورقة تمغة فئة الخمسين مليما مقابل دفع مبلغ جنيه خلاف اجرة البريد وكل عطاء غير مصحوب بتأمين ابتدائي قدره ٢٪ لا يلتفت اليه (١٠٧١)

مصلحة البلديات

تقبل العطاءات بمجلس المطيعة القروى حتى ظهر يوم ٢٦ ابريل ١٩٥٢ عن عملية انشاء سلخانة . وتطلب الشروط والمواصفات من المجلس على ورقة دمغة فئة خمسين مليما نظير مبلغ جنيه للنسخة بخلاف اجرة البريد وكل عطاء لا يرفق به تامين ابتدائى قدره ٢٪ من قيمته لا يلتفت اليه (١١١١)

مصلحة البلديات

تقبل العطاءات بمصلحة البلديات (بوستة قصر الدوبارة) لغاية ظهر يوم ٢٦ ابريل سنة ١٩٥٢ عن عملية توريد وتركيب ماكينة ديزل قوة ١٥ حصانا بعملية مياه البدرشين وتطلب الشروط والمواصفات من المصلحة علي ورقة تمغة فئة الخمسين مليما مقابل دفع مبلغ ٥٠٠ مليم خلاف اجرة البريد وكل عطاء غير مصحوب بتأمين ابتدائى قدره ٢٪ لا يلتفت اليه (١١١٨)

هل أنت جميلة حقاً !؟

سحر الوجوه

هناك مقاييس للجمال لا تعرفينها يا سيدتى ، وكثيرا ما تخدعك المرآة وتخفى عنك عيوب جسمك ووجهك ، وفى الحقيقة أنه لا ذنب للمرآة



ولكن الذنب كله يقع عليك وحدك فأنت ترين البقع تملأ وجهك ، والغضون تجرى بين خديك والترهل يزحف على جسمك وصدرك وبالرغم من هذا تقنعين نفسك بأنه ليس فيك عيب أبدا .

وفى هذه السطور سنكشف لك بسرعة وباختصار كيف تعرفين عيوب جمالك وكيف تزيلينها ذلك أن هذه النجمة الفرنسية سيمون دى لامار قد قضت فى مصر مدة ستة شهور وبالرغم من هذا وجدنا أنها قد احتفظت بجمالها بل انه زاد ولم يشبه أى عيب من العيوب أبدا سواء جسمها أو وجهها وقد سألناها عن السر فى هذا فكان جوابها :

« يكفى أننى كنت أقضى أكثر الاوقات فى معهد التجميل العلمى !! »

ولها الحق فزورى يا سيدتى معهد التجميل العلمى لتعرفى عيوب جمالك ولتتخلصى منها

ملحوظة : عنوان معهد التجميل العلمى هو ٣٧ شارع عبد الخالق ثروت باشا بالقاهرة .



ليست هذه الاسئلة موجهة لك ياســـيدتى • قدميها لزوجك ودعيه يجيب عليها بنعم أو بلا ان أراد أن يعرف هل هو أب مثالى أم لا •

١ ـ هل اشتريت قطارا كهربائيا لطفلك عندما صار فى الرابعة من عمره ؟ — نعم لا

٢ ـ هل علمته ركـوب الدراجة ذات العجلتين أو الانزلاق بالباتيناج ؟ — نعم لا

٣ ـ هل تتفادى معاقبته ؟ — نعم لا

٤ ـ هل تطلب منك بنتك الصغيرة أن تقبلها قبلة المساء ؟ — نعم لا

٥ ـ عندما سألتك ابنتك وهى فى الخامســة والنصف من عمرها عن ارتفاع الهـرم الاكبر هل أحلتها على والدتها ؟ — نعم لا

٦ ـ هل تخرج بمفردك مع ابنك كزميل يخرج مع زميله ؟ — نعم لا

٧ ـ هل تسمح لابنتك البالغة من العمر ثلاث سنوات أن تمزق الجريدة التى وضعتها على مكتبك ؟ — نعم لا

٨ ـ هل تسمح لاطفالك أن يلعبوا معك عنـد عودتك من عملك مساء وقبـــل أن تقرأ الجريدة ؟ — نعم لا

٩ ـ هل المعروف عنك بين أسرتك أنك تفضل ابنتك ؟ — نعم لا

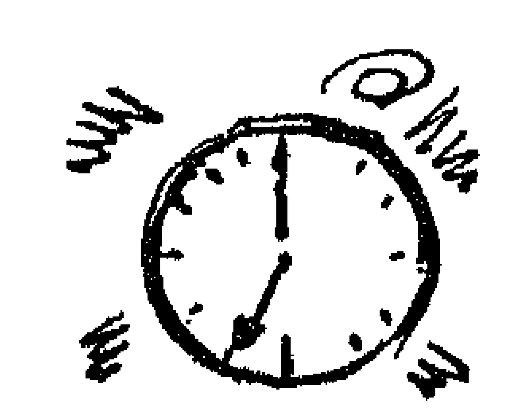
١٠ ـ هل حاولت أن تتفق مع أطفالك من وراء ظهر والدتهم ؟ — نعم لا

الحـــل

ان أجبت بلا على الاسئلة ذات الارقام الفردية وبنعم على جميع الاسئلة ذات الارقام الزوجية فان أولادك يحســدون عليك وأنت أيضا تحسد عليهم لان المرح والسعادة يسودان جو منزلكم •

وان أجبت بلا على الاسئلة ذات الارقام الزوجية وبنعم على الاسئلة ذات الارقام الفردية فاسأل نفسك بصراحة عن رأى أولادك فيك بعد عشر سنوات • هل ضعفك هو حب حقيقى ؟ وهل عدم تدخلك يدل على سلطتك ؟





◆ ليست عفاف من فتياتنا المدللات • ولم يحدث فى يوم من الايام أن تأخرت فى نومها الى ما بعد الساعة السابعة صباحا • فما تكاد ساعة الحائط فى صالة المنزل تكمل دقاتها حتى تكون قد وثبت من سريرها فى نشاط وخفة • وفى الحال تجدها قد شرعت فى القيام بتمرينات الصباح التى تعودت عليها •



◆ ثم انها تعلم تمام العلم أن الفائدة التى تجنيها من تناول كوب من المـاء الساخن بعصير الليمون قبل تناول أى طعام لا تقدر • ولذا فهى تواظب على هذه العـادة دون ملل أو تذمر • ولعل هذا هو السر فى احتفاظ بشرتها بذلك اللون النضرالبهيج•



◆ ان عفاف منظمة في حياتها ولذا فهى تبادر بعد ذلك الى أخذ (دوش) من المـاء البارد • وقد تسألين يا سيدتى : وكيف تفعل ذلك دون أن تزيل آثار تواليتاليوم السابق ؟ الا أن ردى عليك حاضر فعفاف لم تدع للكسل نصيبا فى حياتها ولذا فهى لا تنسى أبدا ازالة تواليت كل يوم قبل أن تذهب الى فراشها •



◆ وهى تتحلى فوق ذلك بصفات جميلة فهى عاقلة ومدبرة ولعل هذا هو سبب عـدم اسرافها فى استعمال كريم القاعدة (فون دى تان) واكتفائها باستخدامه فى حدود المعقول •



◆ ولقد حدث ذات مرة أن اكتشفت عفاف أن مسام بشرتها تمتص مساحيق التواليت بسرعة فأخذت تعمل على عـلاج ذلك وبالفعل اكتشفت الفون دى تان المنـاسب •



◆ كذلك نجدها تستعمل دائما أنواع الروج الفاتحة لان بشرتها من النوع الناصـع الذىلا تتلاءم معه الالوان الغامقة • وهى تنصح كل سيدة سمراء البشرة أو خمريتها باستعمال أنواع الروج الغامقة •



وبما أن عفاف تعلم أن الغذاء الصحى هو الذى تكثر فيه أنواع الخضروات الطازجة والفاكهة لذا نجدها تلاحظ وجود صحن السلاطة والفاكهة على مائدتها دواما . ولو حدث فى يوم من الايام واكتشفت أن لونها النضر يرجع فى غالبيته الى المساحيق فانها تبادر فورا الى زيادة مقادير البيض والكبد والسبانخ فى طعامها .

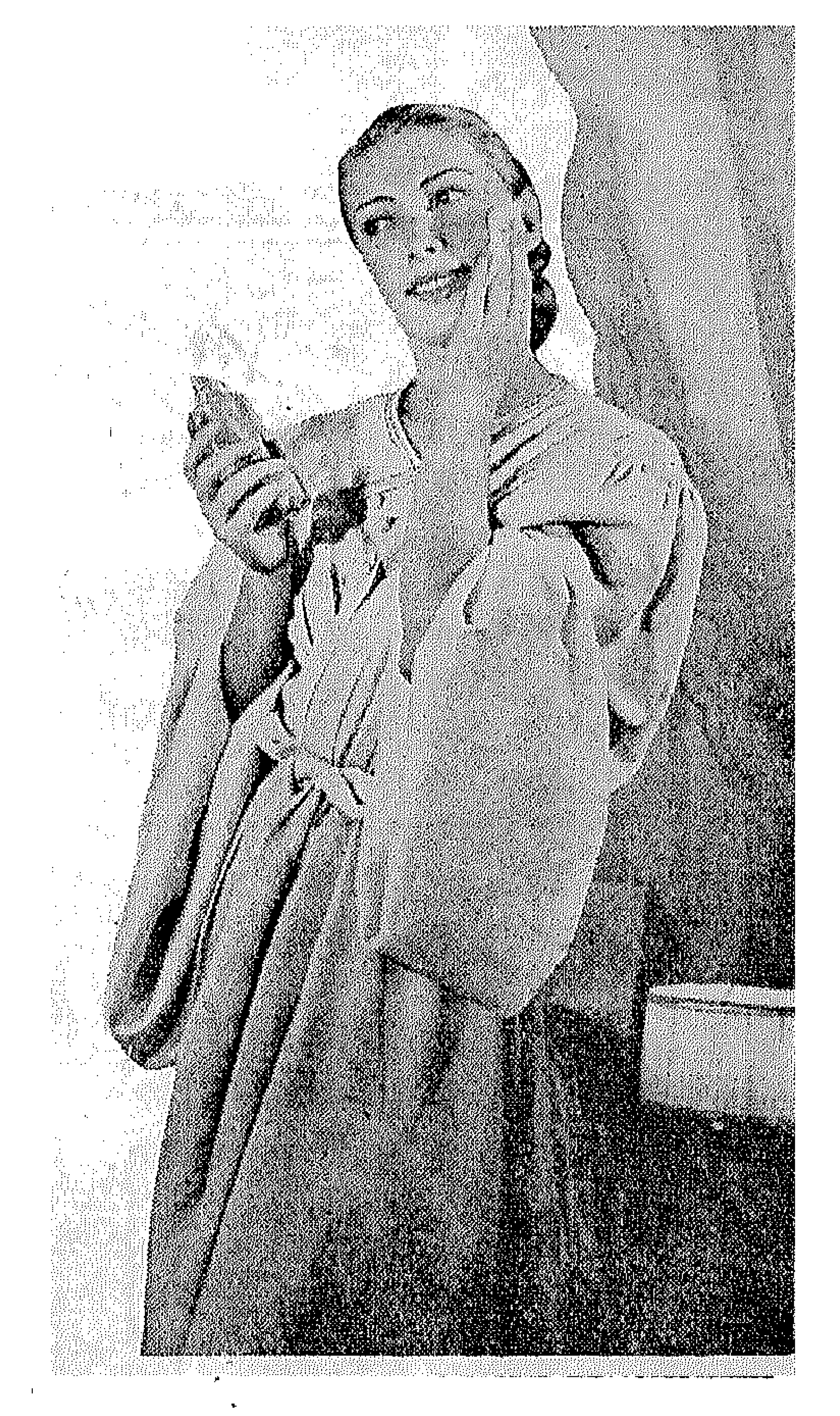


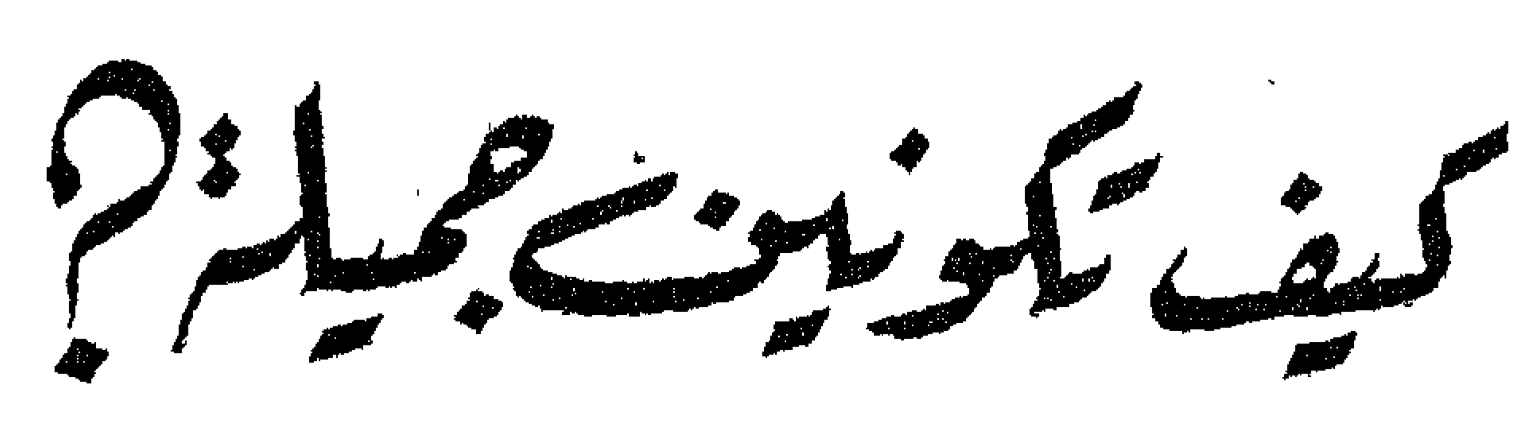
ان عفاف قد ذهبت مرارا الى ريفنا الجميل ولاحظت رشاقة الفلاحات . واستطاعت أن تدرك سر هذه الرشاقة . انه ذلك (البلاصى) الذى يحملنه فى الصباح الباكر أو عند الاصيل فى طريقهن الى الترعة لملئه . ولذا فهى تحاول دائما أن تتخيل نفسها ريفية حسناء من هذا النوع أثناء غدوها ورواحها . وقد نجحت بسبب هذا فى الاحتفاظ لقوامها برشاقته واعتداله .

وهى لا تتناول أبدا أى طعام ما بين مواعيد الوجبات الاساسية . وفوق ذلك نجدها تعمل على التقليل من تناول الخبز وعدم الاكثار من وضع الملح على الطعام .



ولعل أغرب ما فى طباع عفاف هو تواضعها رغم تحليها بهذه العادات الجميلة التى قلما توافرت فى فتاة مثلها . وهى تعتقد أن جمالها شىء طبيعى لا داعى للتفاخر به . وربما كان هذا سر جمال شخصيتها .



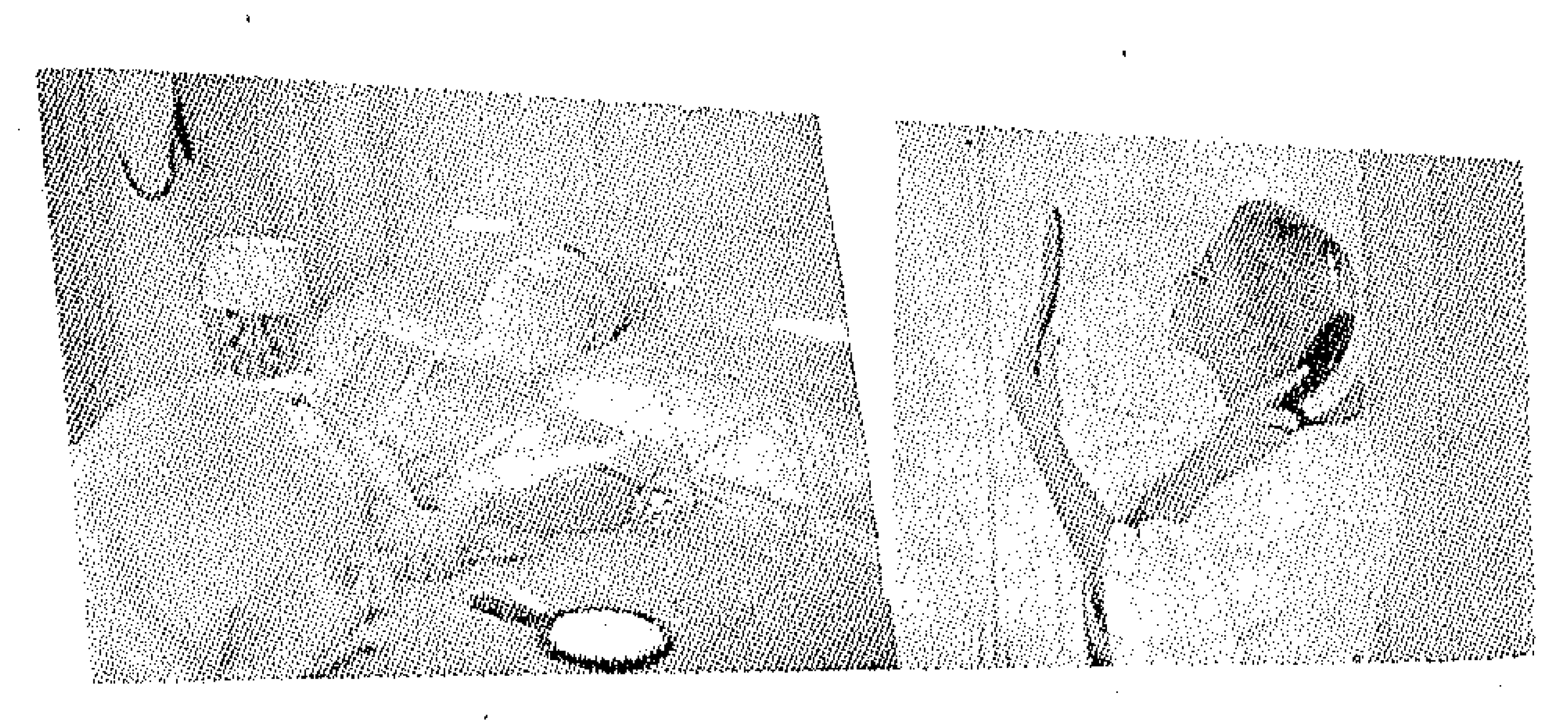


كيف تكونين جميلة؟



يجب أولا ياسيدتى أن تنامى مبكرة لتستيقظى مستريحة هادئة الاعصاب مرتاحة البال • قومى بعد ذلك بأعمالك اليومية التى اعتدت أن تقومى بها كل يوم • ولا تنسى أن تخصصى ساعة يوميا بعد الغداء تستريحين خلالها

وان كنت مدعوة بعد الظهر أو فى المساء للخروج ينبغى أن تعدى نفسك لذلك • أدخلى غرفة نومك وابدئى أولا برفع الماكياج القديم من على بشرة وجهك• استعملى لهذا الغرض كريما خاصا أو أى مستحضر تتفق طبيعة تركيبه ونوع بشرتك • لا تبخلى على نفسك بهذا الكريم فان جمال وجهك موقوف على نجاح هذه العملية • قومى بها على الوجه الاتى : ادهنى الكريم على وجهك بأطراف أصابعك أو بقطعة من القطن تكونين قد غمستها باللبن الخاص أو دهنتها بالكريم • جددى الكريم أو المحلول اللبنى الى أن تشعرى بأن بشرتك قد أصبحت نظيفة تماما •



وبعد الانتهاء من هذه المرحلة عليك باصلاح حاجبيك بالملقط الخاص • وكل ما نطلبه منك هو التأكد من وضوح رسمها • أما ان كان الحاجبان فى حاجة الى عناية أكثر فينبغى عمل حساب الاحمرار الذى ينشأ عن النتف فان كنت ذاهبة الى سهرة أو فرح كان من الاوفق القيام بهذه العملية يومين أو ثلاثة أيام قبل ذلك •

قومى الان باعداد وجهك • ضعى عليك الماسك الذى يتفق ونوع بشرتك • ولكى تسمحى له بالتفاعل عليك أن تستلقى على كرسى طويل مغمضة العينين مدة لا تقل عن



عشرين دقيقة وحاولى فى هذه الفترة أن تخلصى لنفسك تماما وألا تفكرى فى شىء • وعند انتهاء الفترة ارفعى هذا الماسك بخفة بالماء الدافىء أو بالمستحضر الخاص • اغسلى وجهك بعد ذلك بلوسيون منعش وان كانت بشرتك جافة ينبغى أن يكون اللوسيون مقويا أما ان كانت دهنية وجب أن يكون اللوسيون قابضا للمسام • ولا بأس من وقت الى آخر أن تدهنى بشرتك بكريم مغذ تمسحينه بعد فترة بورق خفيف من النوع الذى يمتص السوائل كورق السيجارة مثلا استريحى بعد ذلك قليلا • ولكن قبل أن تخلدى لهذه الراحة ينبغى عليك أن تعدى كمادات مغموسة بسائل مقو تضعينها فى متناولك ، على أن تخصصى اثنتين من هذه الكمادات لعينيك بعد غمسهما فى محلول خاص للعينين • استلقى على ديوان أو على سريرك وحاولى ما أمكن ارخاء عضلاتك ، ضعى على عينيك الكمادتين المخصصتين لهما وضعى الكمادات الباقية على خديك وجبهتك وذقنك وأنفك وما حول وجهك وعنقك نفسه• امكثى دون حراك فى الوضع الذى تفضلينه • نامى ان استطعت ذلك • وعندما يبدأ





المحلول فى أن يفقد أثره تخلصى من الكمادات التى وضعتها على وجهك .

ولا تنسى يديك فان الناس ينظرون اليهما كما ينظرون الى وجهك . دلكيهما تدليكا خفيفا بكريم خاص . دلكى أصبعا بعد أصبع ومن الطرف الى الداخل ثم اليد نفسها

وأظافرك هل تحرصين على جمالها ؟ ان دهانها يجب ألا تشوبه شائبة . أما ان كانت تنقصك الخبرة فى هذا المضمار فليس أمامك الا الذهاب الى احدى الاخصائيات .

وشعرك أيضا فى حاجة الى كل عنايتك . فرشيه مرارا واذهبى بين آن وآخر الى الحلاق أو صالون التجميل

ولا تنسى أن تضعى تحت ابطيك الكريم الذى يمنع العرق أو الرائحة . أما ان كنت لا تعرقين فلا حاجة بك الى اتخاذ مثل هذا الاحتياط .



والان جاء دور وضع الماكياج على وجهك . ابدئى أولا بوضع كريم القاعدة المعروف بالفون دى ثان . ضعى بعد ذلك الاحمر فى المكان المناسب ، ورشى وجهك بالبودرة ما أمكن . أزيلى بعد ذلك البودرة الزائدة بالفرشاة الخاصة .

ولا تنسى أن ترشى البودرة على عنقك اذ أنه يجب أن يكون لون بشرته كلون بشرة وجهك تماما .

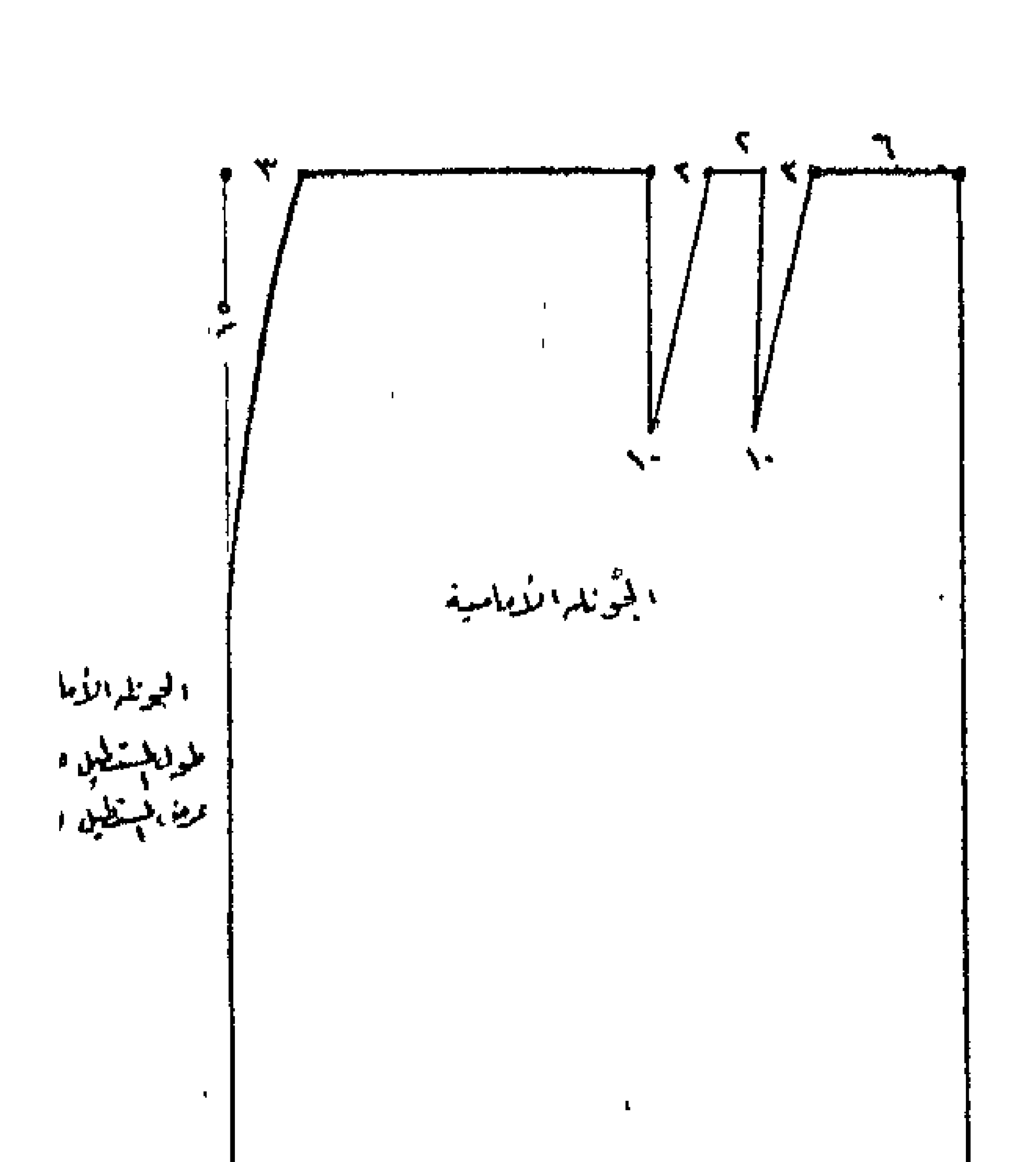
فرشى رموشك طويلا بفرشاة تكونين قد غمستها بالدهان الخاص بالرموش .

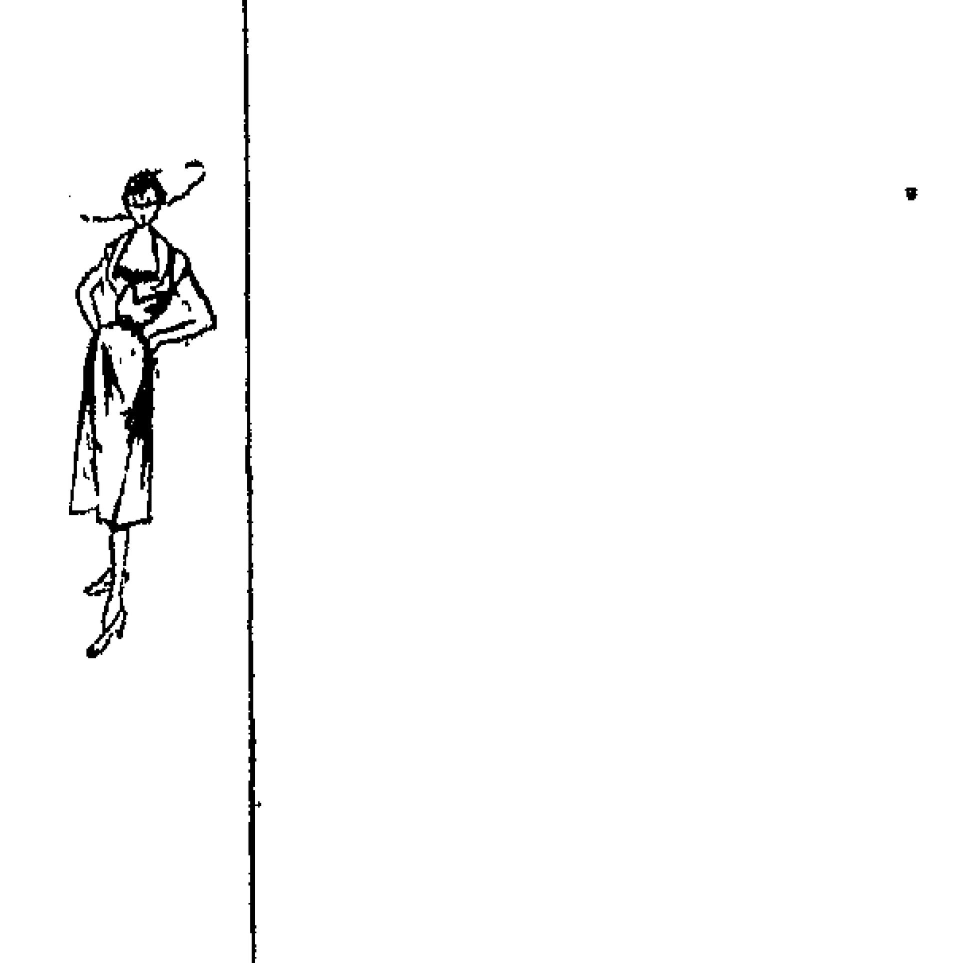
ولا تنسى تخطيط حاجبيك بالقلم الخاص ولا تكثرى من الكحل على جفنيك .

واخيرا أحمر الشفاه . انه يجب أن يكون من لون دهان الاظافر . استعملى الفرشاة الخاصة فانها الطريقة المفضلة اليوم على غيرها من الطرق ذلك أنه بمقتضاها يسهل رسم محيط الشفتين .



فستان الربيع



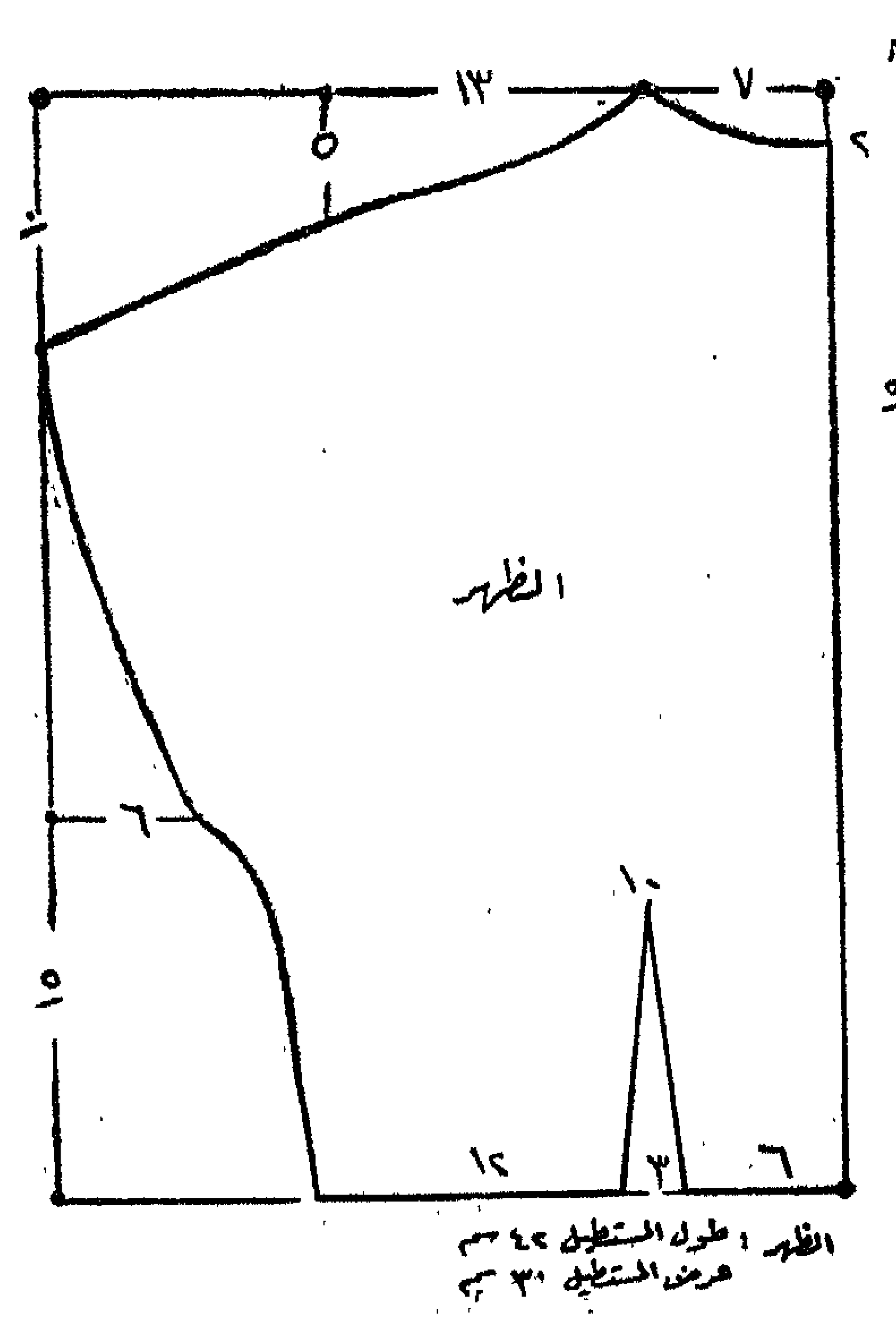


أمامك موديل لفستان أنيق يمكنك عمله بنفسك بسهولة متى اتبعت التعليمات المبينة على كل قطعة من قطع الباترون ·

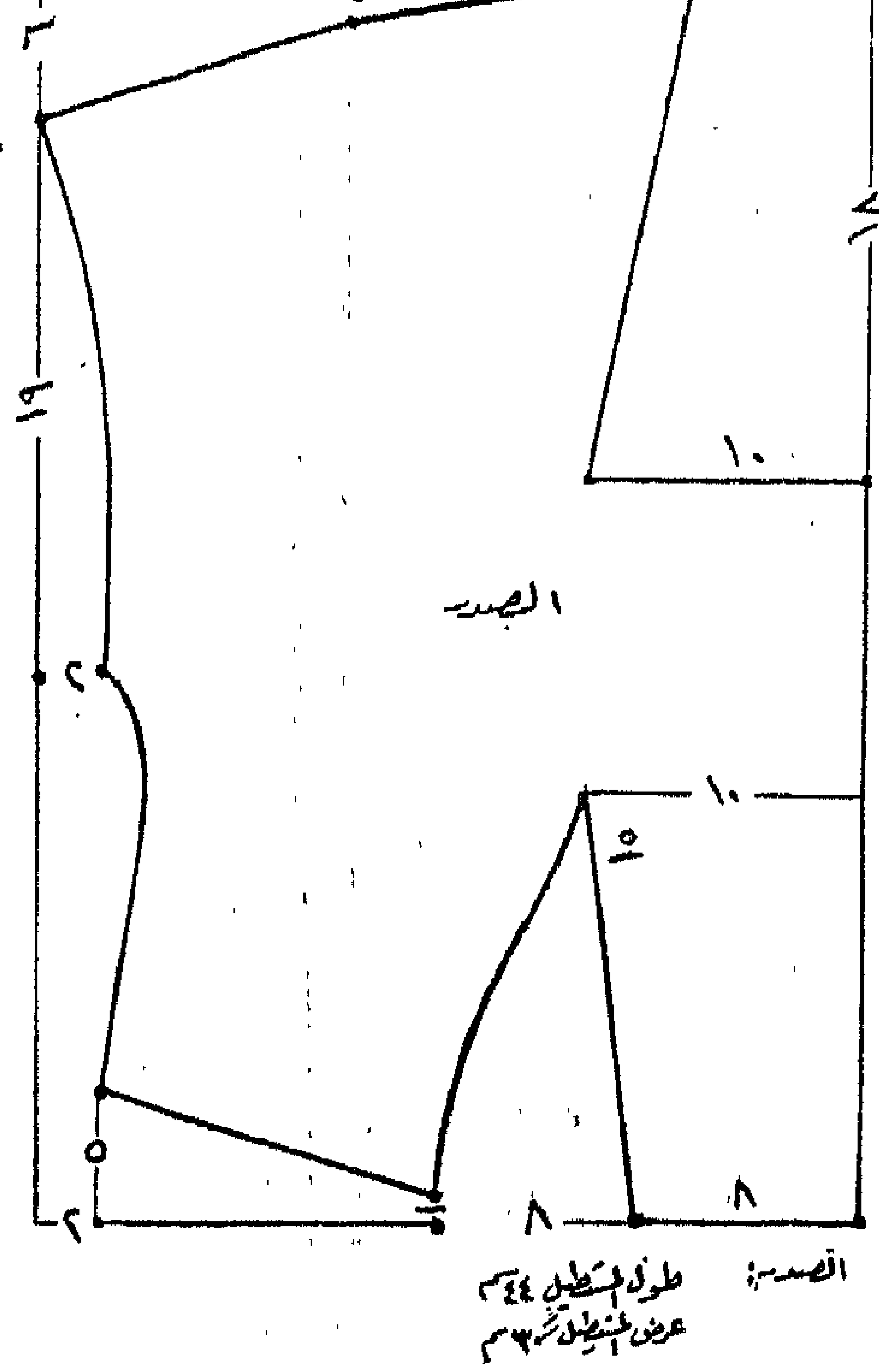
ابدئي برسم كل مستطيل حسب طوله وعرضه المبينين فى الرسم ثم قيسى الابعاد العرضية والطولية المذكورة على الرسم وصلى النقط ببعضها ليتهيأ لك رسوم القطع ثم قصى حولها وضعيها على القماش وقصي القماش بعد ترك المقادير اللازمة للخياطات ·

ولاحظى أن هذا الباترون مفصل على مقاس مانيكان ٤٤ العادى ويمكنك اقتصادا الحصول عليه جاهزا من (محلات ميشو) للتفصيل والخياطة بشارع فؤاد الاول رقم ١٥ بجوار الجراند أوتيل بالدور الرابع · نظير تقديم الكوبون المنشور على هذه الصحيفة ومعه خمسة قروش أو ثمانية قروش لمن تريده بالبريد ·

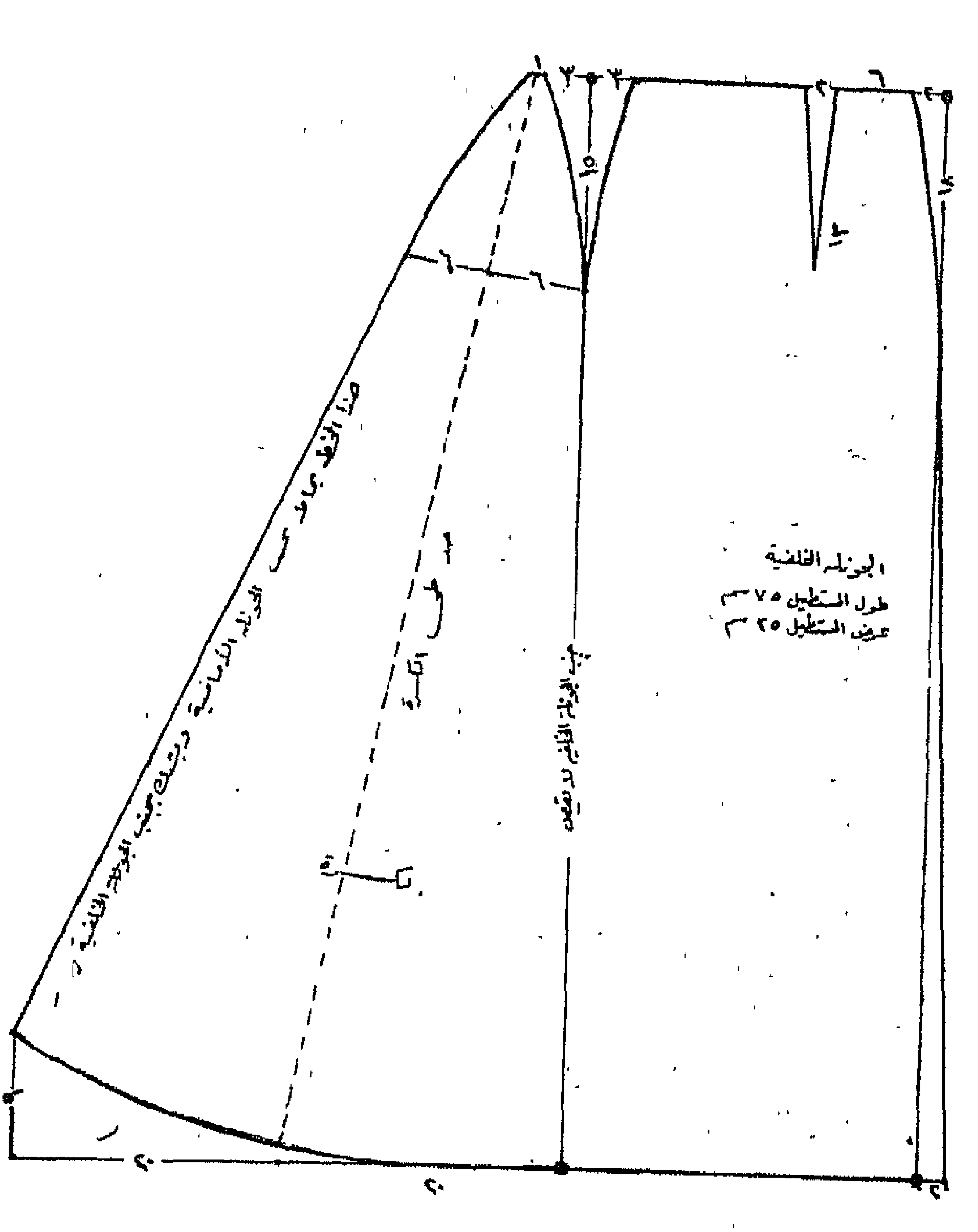
ويمكنك تصغير هذا الباترون لمقاس ٥٢ العادى أو تكبيره لمقاس ٤٦ العادى أما اذا كانت مقاساتك أكبر بكثير من مقاس ٤٦ العادى أو كانت غير عادية فيمكنك



الظهر : طول المستطيل ٤٢ سم
عرض المستطيل ٣٠ سم



الصدر: طول المستطيل ٤٤ سم
عرض المستطيل ٣٢ سم



أن تطلبى من (محـــــلات ميشو للتفصيل والخياطة) تفصيل باترون على مقاسك نظير خمسين قرشا ٠

واليك بعض التعليمـات الخاصة بهذا الموديل ٠

الصدر والظهر والجونيلـــة الامامية :

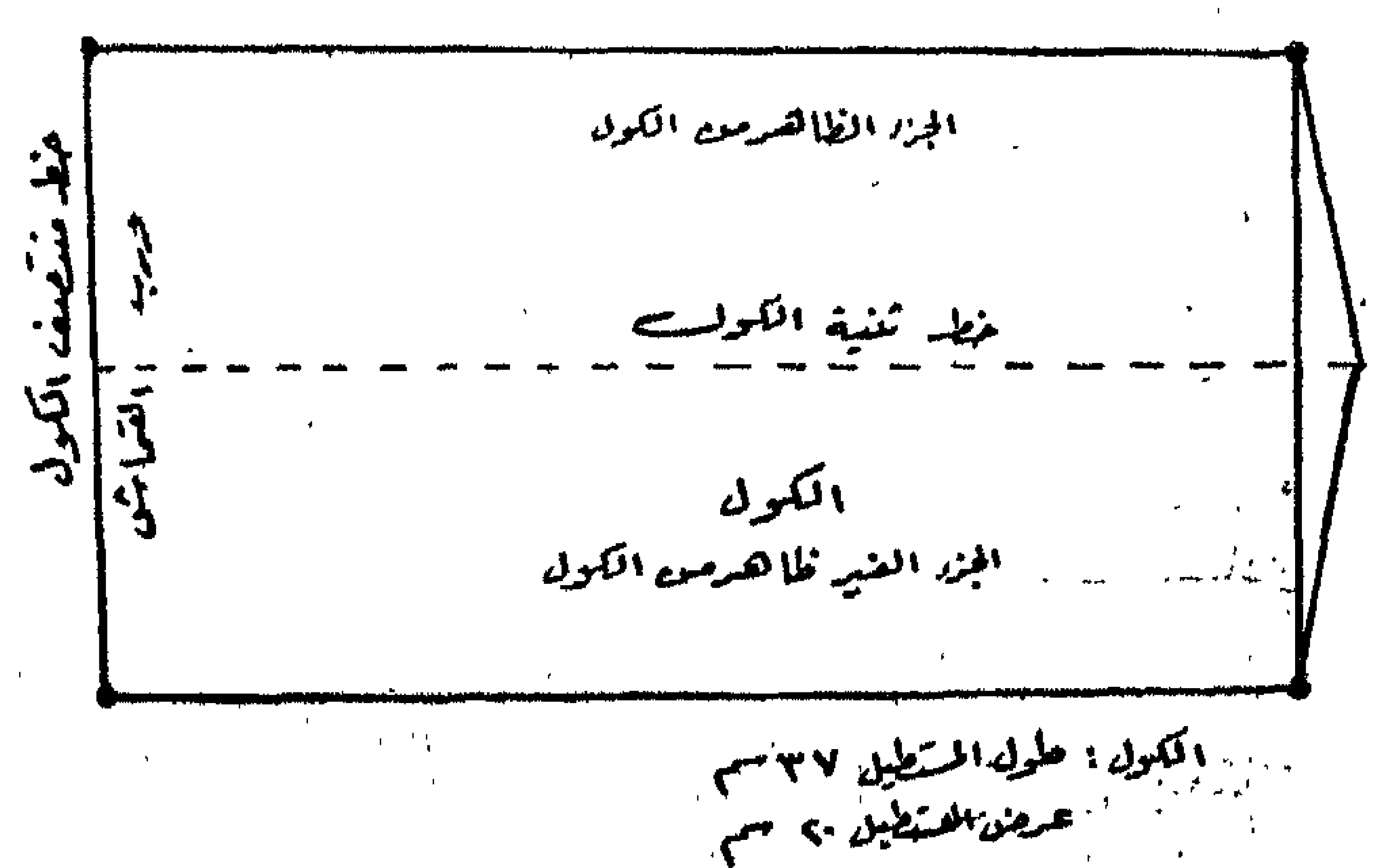
يوضع خط المنتصف فى كل منها على تطبيقة القماش بالنسيج الطولى ٠

الكول :

يوضع خط المنتصف على تطبيقة القمــاش بالورب ، يعنى طبقى القماش بالورب كالمنديل وضعى خـــــط المنتصـــــف على التطبيقة ولاحظى أن الكول عرضهـا ١٠ سم وهى هنا فى الرسم ٢٠ سم يعنى مجوز وفى هذه الحالة لن تحتاجى لتطبيقـه من الكول بل قطعه واحدة تثنيها على الخط المنقط ٠

الجونلة الخلفية والكسرة :

وهى بخياطة فى المنتصف ويوضع المنتصف على نسيج



الكول : طول المستطيل ٣٧ سم
عرض المستطيل ٢٠ سم

طولى القماش والبـــــاترون الذى أمامك يشمل الجونلة الخلفية ومعها الكسرة كاملة التى ترتد بعد طيها لتواجه الامام ٠

كوبـــون

قدمى هذا الكوبون الى محلات (ميشو) ١٥ شارع فؤاد الاول ومعه خمسة قروش تحصلى على باترون هذا الفستان

طفلك ياسيدتي

من بين اللحظات السعيدة التي يستطيع الانسان أن ينتهبها في هذه الحياة لحظة يشترك في الشعور بها أشخاص قلائل • وهذه اللحظة هي التي يعلن فيها البشير ميلاد طفل جديد واخراجه الى نور الحياة • أما الاشخاص فهم الطبيب أو الطبيبة التي أشرفت على عملية الوضع ثم والدا الطفل الوليد •

ان فن التوليد قد تقدم كثيرا مع تقدم الطب وليس أدل على ذلك من تلك الحقيقة التي استخرجناها من احصائيات عديدة وصلت الينا وهي انه من بين كل عشرة أطفال يولدون نجد تسعة كاملي النمو والتكوين•

ولا شك ياسيدتي في ان طفلك هو محط آمالك وموضع رعايتك • ولكن دعينا الان من عالم الامال والاحلام واعلمي ان مستقبل طفلك ان توقف على شيء فانه يتوقف على نوع تربيتك له وعلى البيئة المناسبة التي توفرينها له •

واني لانصحك نصيحة خالصة حينما أقول لك ان طفلك ليس متاعا لك وله الحق في الحياة مثلك تماما ولذا عليك بتربيته على أساس انه أقرب المقربين الى قلبك وأحق الناس بوضع ثقته فيك وأن تتركيه ينمو نموا طبيعيا حرا من كل قيد أو ضغط • ثم ضعي نصب عينيك ياسيدتي ان لا حق لك عليه الا اذا منحته الطمأنينة الكافية والحرية اللازمة لحياته ونموه •

بيئة الطفل

ان الكثيرات من الامهات يعتقدن ان الطفل يولد وشخصيته كامنة فيه بمعنى ان هذه الشخصية تأخذ في التفتح والظهور مع نموه • وهذا خطأ فاحش فقد أثبت لنا علم النفس الحديث ان الطفل حقيقة يولد متميزا بغرائز معينة مثله في ذلك مثل أي حيوان آخر كما تكمن فيه طباع خاصة نتيجة لعامل الوراثة على أن البيئة هي التي تقرر أي هذه الغرائز أو الطباع ستدوم وتترعرع في ظل شخصية الطفل •

ولابد لنا هنا من تفسير المقصود بالبيئة • فهي تعني كل الظروف الخارجية التي تمس الطفل وتحيط به مثل وضعه العائلي بين اخوته ووالديه أو أوصيائه ومعلميه ولعبه فهذه كلها عوامل يستجيب لها الطفل ويتأثر بها • أما البيئة الاوسع أفقا أعني بيئة المدينة أو القرية أو الجيران أو الشارع فهي أقل تأثيرا في حياة الطفل • إن شجيرة الورد التي تنمو في أرض خصبة ممهدة سهلة الري غير التي تنمو في أرض رملية فقيرة تنتهبها الريح العاصفة وتهزها يمنة ويسرة وكذلك حال الطفل في نموه يجب توفير الطمأنينة والراحة له ويجب حمايته من الرياح العاصفة التي ربما ضغطت عليه التي ربما ضغطت عليه وعطلت نموه نموا طبيعيا•

وأهم فترة في عمر الطفل هي فترة الخمس سنوات الاولى ففيها تتشكل طباعه وتتكون شخصيته • وفيها تبلغ حساسيته أقصى حدودها • فهذه الفترة هي فترة بناء الاساس في حياة طفلك ياسيدتي •

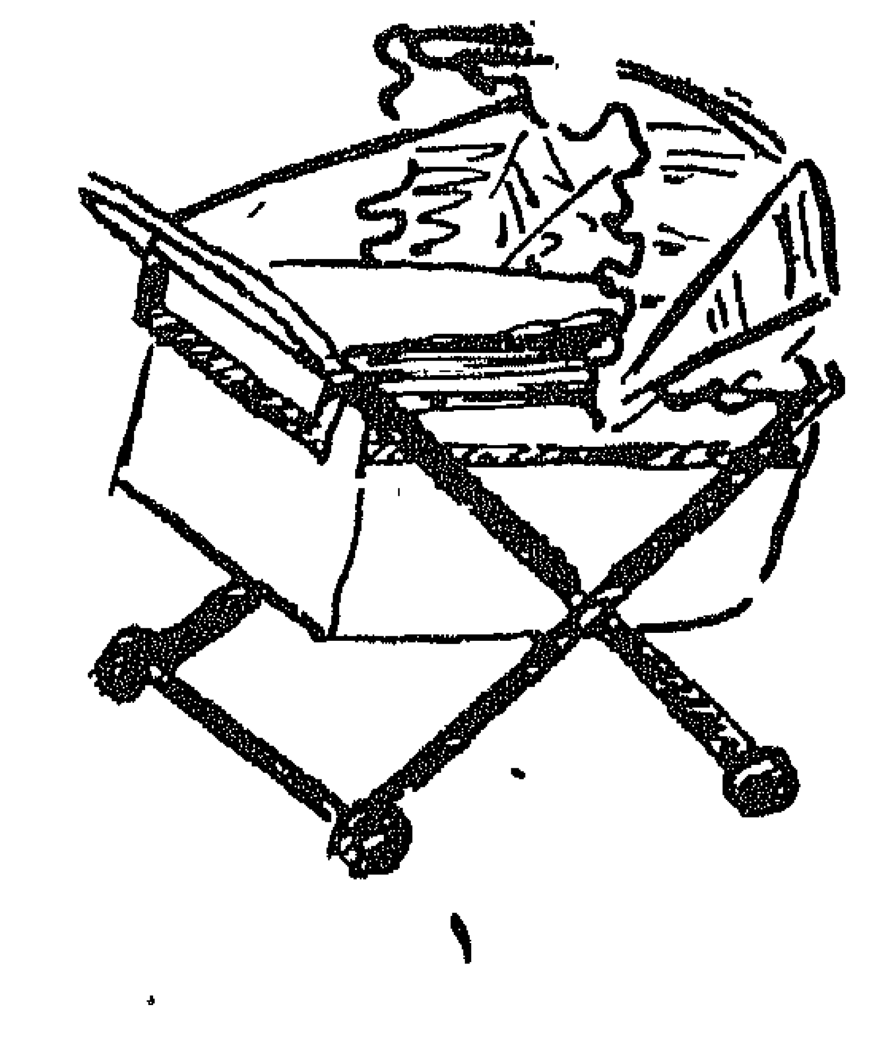
حاجات الطفل

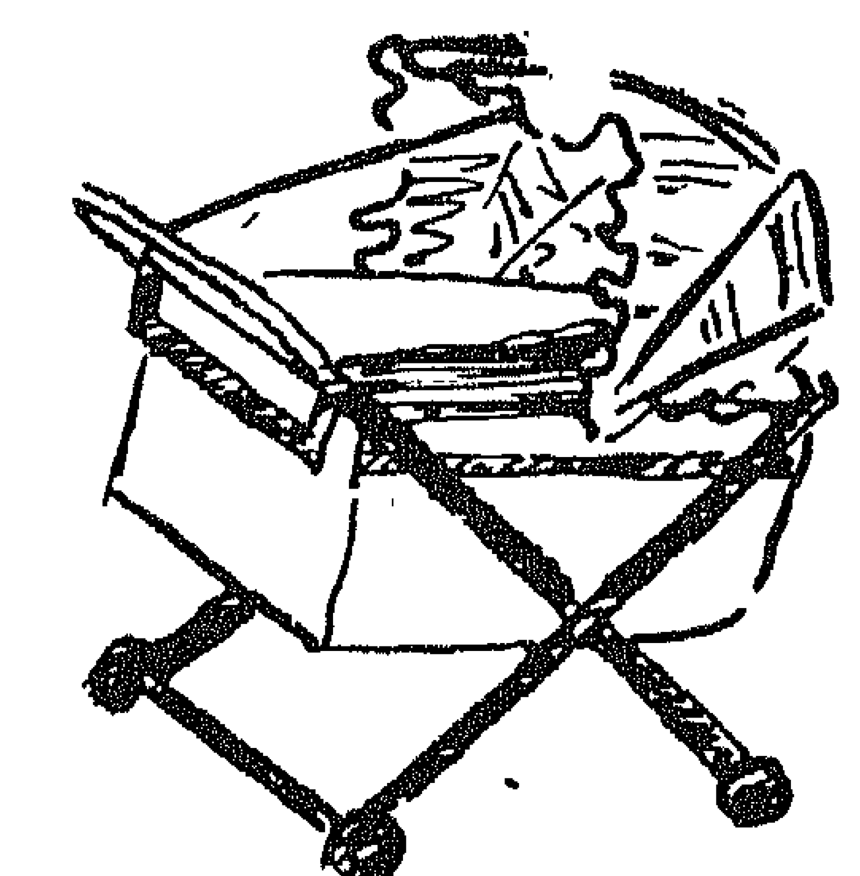
ان حاجات الطفل الاولية بسيطة • وأهمها الدفء والطمأنينة والغذاء • وكلها كانت مكفولة قبل مولده • أما الان وقد خرج الى الوجود والى جو آخر غير الجو الذي اعتادوه فلابد من العمل على توفيرها له ومراعاة مزاجه ورغباته •

ولا بد أن تعلمي ياسيدتي أن طفلك في خلال المراحل الاولى في حياته تسيطر عليه حواسه • وبما أن البيئة التي أتى اليها تخالف تلك التي أتى منها فعليك أن تعملي جاهدة على ابعاد شعور الخوف من الجديد عن نفسه أو على الاقل عليك بتخفيف حدة هذا الشعور الغريزي•

وقد وصلت يا سيدتي الى أن أكثر ما يزعج الوليد الجديد شيئان هما شعوره بالخوف من أن ينقطع عنه الغذاء فجأة ثم الاصوات المزعجة المفاجئة • أما ذلك النوع من الاطفال الذي يخاف كل شيء وينزعج من كل صوت طفيف فهو نوع عودته أمه أو مربيته على ذلك • وهذه حالات غير طبيعية• وعلى كل حال فاني أرجو كل أم عصبية أو مربية متسرعة أن تعمل على تهدئة نفسها قبل الاقتراب من طفلها لانها لو فعلت غير ذلك لكانت النتيجة انتقال حالتها العصبية الى الطفل • كذلك يجب تفادي احداث أصوات مزعجة بالقرب من الاطفال هذا وان كان الطفل العادي بامكانه النوم باستغراق في وسط الاصوات التي نفتعلها خلال حياتنا اليومية • **أم مجربة**

كيف ينام طفلك ؟





١

٢

◆ لراحة الطفل فى نومه أهمية قصوى فى نموه وصحته. وأغلب الامهات يهملن نوم الطفل ، ويعتقدن أنه من الحب ، والعطف أن ينام الطفل فى حجر أمه ، ثم معها فى نفس الفراش .

ولكن لتنشئة الطفل تنشئة صحية يجب المبادرة بشراء سرير خاص للطفل يساير عمره ، ويتغير هذا السرير كلما كبر ونما .

◆ فالشكل رقم (١) سرير لطفل فى هيئة عربة صغيرة ذات ٤ عجلات من الكاوتشوك ، وله مظلة تفتح وتقفل ، ويمكن انتقال الطفل فيه من حجرة الى أخرى . ومن الممكن استخدام عربة أطفال للطفل الذى لم يتعد عمره سنة ونصف .

◆ شكل (٢) سرير هزاز من الخشب وله مظلة تحجب عن الطفل الضوء وتيارات الهواء وينتخب لونه ولون القماش من الالوان الزاهية المفرحة .

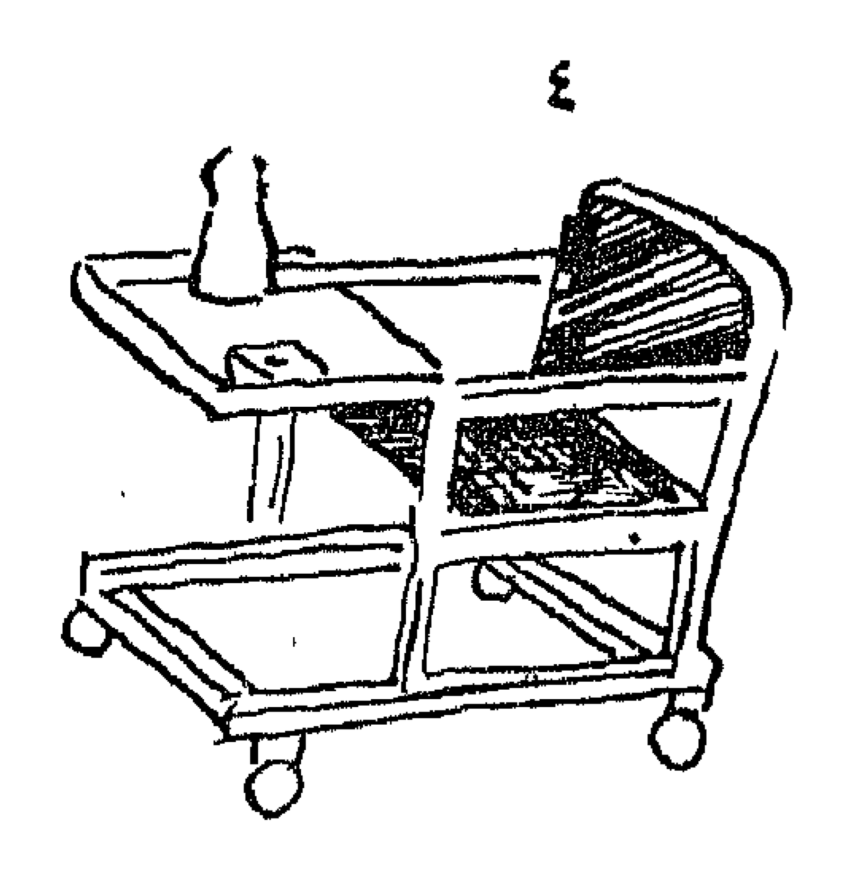


٣

◆ الشكل رقم (٣) سرير لطفل أكبر من سنة ونصف وله أرجل عبارة عن ماسورة معدنية لسهولة نقله من مكان الى آخر . ويجب مراعاة وضعه فى حجرة خاصة للطفل .

◆ الشكل رقم (٤) سرير ومنضدة تناول طعام الطفل فى وقت واحد . فحينما لا يكون هناك حاجة لاستعماله سرير يرفع نصف القاعدة السفلى وتثبت فى طرف الحاجزين فتكون بمثابة منضدة .

٤



م. عبد الرحمن



الأزرار

هذه يا سيدتى طريقة سهلة نقدمها اليك لتعينك على نزع ملابسك دون أن يصاب القماش نفسه بأى ضرر ٠

هات شوكة وادخليها بين الزر والقماش كما هو ظاهر فى الرسم ٠ قصى الان الزر من فوق الشوكة وانزعى الخيوط المتخلفة بالطرف المدبب للمقص ٠ انها عملية سهلة ولا شك ، تقى القماش من تمزق خيوطه ٠

* * *

ويسرنا بهـذه المناسبة أن نلفت نظرك يا سيدتى الى أمور غاية فى الاهمية لا بد أن تحظى من عنايتك والتفاتك الشىء الكثير ٠ اننا نعرف سيدات لا يخصصن صندوقا لادوات الخياطة فان كن فى حاجة الى المقص مثلا بحثن عنه فى كل غرف المنزل وأخيرا يجدنه على السرير أو مقعد الصالة ٠

اننا كل ما نطلبه منك يا سـيدتى ان تخصصى لكل أداة من أدوات الخياطة مكانا واحدا لا تغيرينه والا أضعت وقتك فى البحث فاذا ما استعملت الكستبان مثلا ، أعيـدى وضعه فى مكانه لا تتركيه فى الموضع الذى كنت فيه ، ففضلا عن احتمال فقده فانه قد يتناوله طفلك الصغير ويحاول وضعه فى فمه ولسنا فى حاجة الى تنبيهك الى الخطر الذى قد ينجم عن مثل هذا الاهمال ٠

كونى يا سيدتى منظمة ان كنت تنشدين راحة البال وراحة الجسم ٠

الأقمشة الحديثة للربيع

يسرنا أن نزف الى قارئاتنا العزيزات بشرى ورود أحدث الاقمشة الخاصة بفصل الربيع لعام ١٩٥٢ ، واننا لننتهز هذه الفرصة لكى نتقدم بخالص التهنئة لمحلات الصالون الاخضر ٣٠ شارع قصر النيل بالقاهرة لما تبذله من جهد فى سبيل استيراد أحدث الاقمشة حسب أرقى المودات العالمية وقد أرسلت الينا تلك الباقة الجميلة من الاقمشة الباريسية وهى أحدث ما وصلها من الخارج ومعروضة بمحلاتها منذ الاسبوع الماضى وهى :

١ ــ **قمـاش « الجـاز البوتيين »** نشر نفوذه فى الاقمشة السادة والموشاة ٠

٢ ــ **قماش « التوساه »** : من فصيلة الاقمشـة الحريرية بالالوان الاربعة : « **الاسود الانتراسيت** » و « **الرمادى الكنجـرو** » و « **الابيض البراكيـه** » و « **الاحمر الافريقى** » ٠

٣ ــ **قماش « الميـاكو »** : من الحرير الطبيعى صنع ابراهام وهو تقليد الاقمشة الحريرية القديمة المصنوعة فى الهند ٠ ويوجـد منها ثلاثة أنواع « **المطرز** » و « **السادة** » و « **المطبوع** » ٠

٤ ــ « **الاقمشة المطبوعة** » : قد عادت الينا هـذا العـام على شكل « **البولكا الحريرى** » و « **التويل** » و « **الشانتونج** » برسومات متداخلة وخطوط هندسية

٥ ــ « **ثلج الصـيف** » نوع من « **الاورجـونزا البكينية** » و « **البابادير** » البارز غير المنتظم ٠

٦ ــ « **قماش البصرة** » : صنع ابراهام ، نوع من الاورجونزا الجديدة تقليد السارى الهندى من ثمانية عشر لونا ٠

٧ ــ « **للتاييرات التواليت** » : حرايرسميكة شينية على أنواع ثلاثة : « **حبـات المبرد** » و « **الجريزلى** » و « **الجريزلى تماتو** » ٠

٨ ــ « **الجيفرين** » : فاى جديد للصيف صـنع ابراهام من اثنى عشر لونا ٠ وكذلك قماش الاوتومان المنتظم والمنسـوج من لونين غير قابل للتكسر ٠ الالوان « **أبيض واسـود** » و « **رمادى وأبيض** » و « **غزالى واسود** » ٠

٩ ــ « **الدربى** » : تيل الباجا صـنع بيانكينى لتاييرات المدينة ٠ والقماش موشى بالفيبران ٠

١٠ــ « **الاقمشة التيلية** » : تأثرت رسومات الاقمشة التيلية التى تصنع منها جونيلات الصباح وأرواب البلاج بالطابع الافريقى ٠



جاك فات
بيير بالمان
لوفوريه
مادلين دي روس
كارفين

انه موديل رائع ارسلته لنا محلات جرمين لوكونت لفستان مصنوع من الدانتيلا البيضاء ذو الديكولتيه الواسع وهذا الثوب يلبس فى الحفلات



صممت صانعة الازياء المعروفة جرمين لوكونت هذا الفستان لسهرات الربيع والصيف وقد اطلقت عليه اسم «عواطف» وهو مصنوع من الحرير الاسود . أما الازهار فهى بيضاء

بوليرو باكمام للصباح تصميم صانعة الازياء المعروفة جرمين لوكونت وتمتاز الجونيلة بكشكشة بسيطة وبقصتين على شكل جيوب بحلية



اختارت جرمين لوكونت لهذا الفستان التواليت قماشا من الحرير الطبيعى او الصناعى التى تقوم بنسجه محلات دوشارن وهو مطبوع بالاسود والابيض ويمتاز بحزام مبتكر



هذا فستان توليت مصنوع من
نوعين ولونـــين من الاقمشة
الصيفية . انه يلبس لبعـــد
الظهر وتستطيع القـارئة التى
تعرف شيئا من فنون التفصيل
ان تصنعه لنفسها دون ان تلجأ
الى الخائطة . ان هـذا الزى
لا يصلح الا للسـيدات ذوات
القدود المشوقة

قدم جاك جريف هذا التايـير
الذى يمتاز بجاكـيتة مبتكرة
تقفل بستة ازرار ويلاحظ أن
الكمين منتفخان من أعلى ضيقان
عند المعصم او فوقه قليلا



ان هذا الفستان يا سيدتى غاية فى البساطة ولا يكلفك تفصيله كثيرا . لقد صممه مبتكرو الازياء بباريس خصيصا للسيدات اللواتى ينتمين الى الطبقة المتوسطة وقد قالت لنا مراسلتنا بباريس انه يمكن لبسه اكثر من ستة اشهر فى السنة ان عرفت كيف تحفظينه من الاتساخ

ان هذا الثوب الجميل قد ابتكره احد صانعى الازياء فى مدينة نيس بفرنسا وهو كما ترين لا يحتاج منك الى كبير عناء ، ان عزمت على تفصيله



فستان لسهرات

الربيع والصيف



يقدم بيير بالمان هذا التايير الكلاسيك من قماش الشانتونج الحريرى المشغول بالبرودرى شكل كادرييه • أما الياقة والجيبان فقد أبرزت بالقطيفة السوداء • وارتدت صاحبته قبعة من القش الطبيعى.

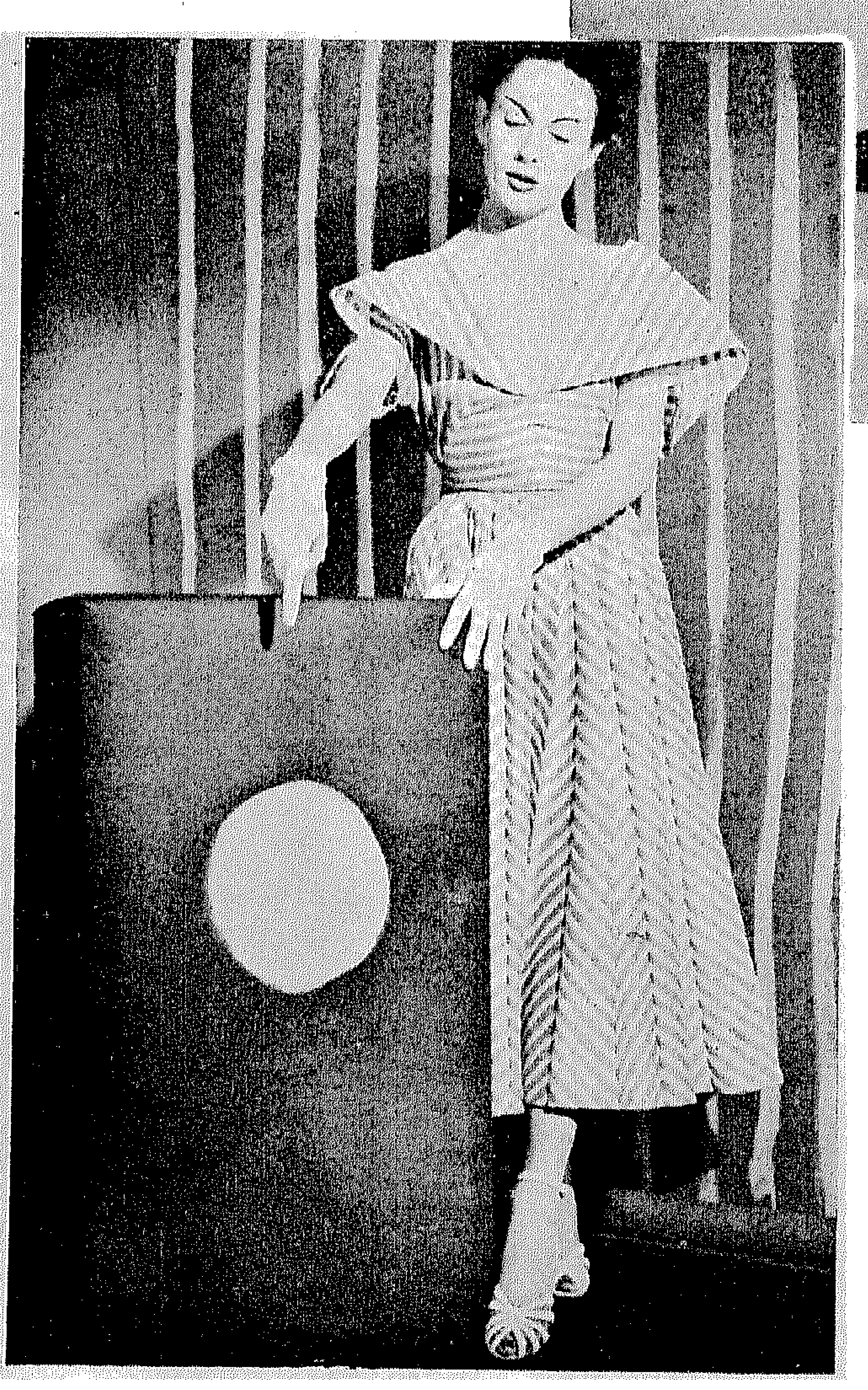
أما مارسيل شومون فيقدم هذا الفستان البليسيه من أعلاه الى أسفله والديكولتيه على هيئة مثلث قاعدته الى أعلى ورأسه الى أسفل • ويلاحظ أن الفستان بدون أكمام وذو خطوط بسيطة وقد صنع من قماش الكريب



لقد خصصنا هذه الصفحة لبناتك
بعد ان انتقينا لهن أحدث التصميمات
التى وصلتنا من العواصم الاوروبية
ولسنا فى حاجة الى شرح طريقة عمل
كل واحد من هذه الفساتين على حدة
فان خطوطها واضحة كل الوضوح

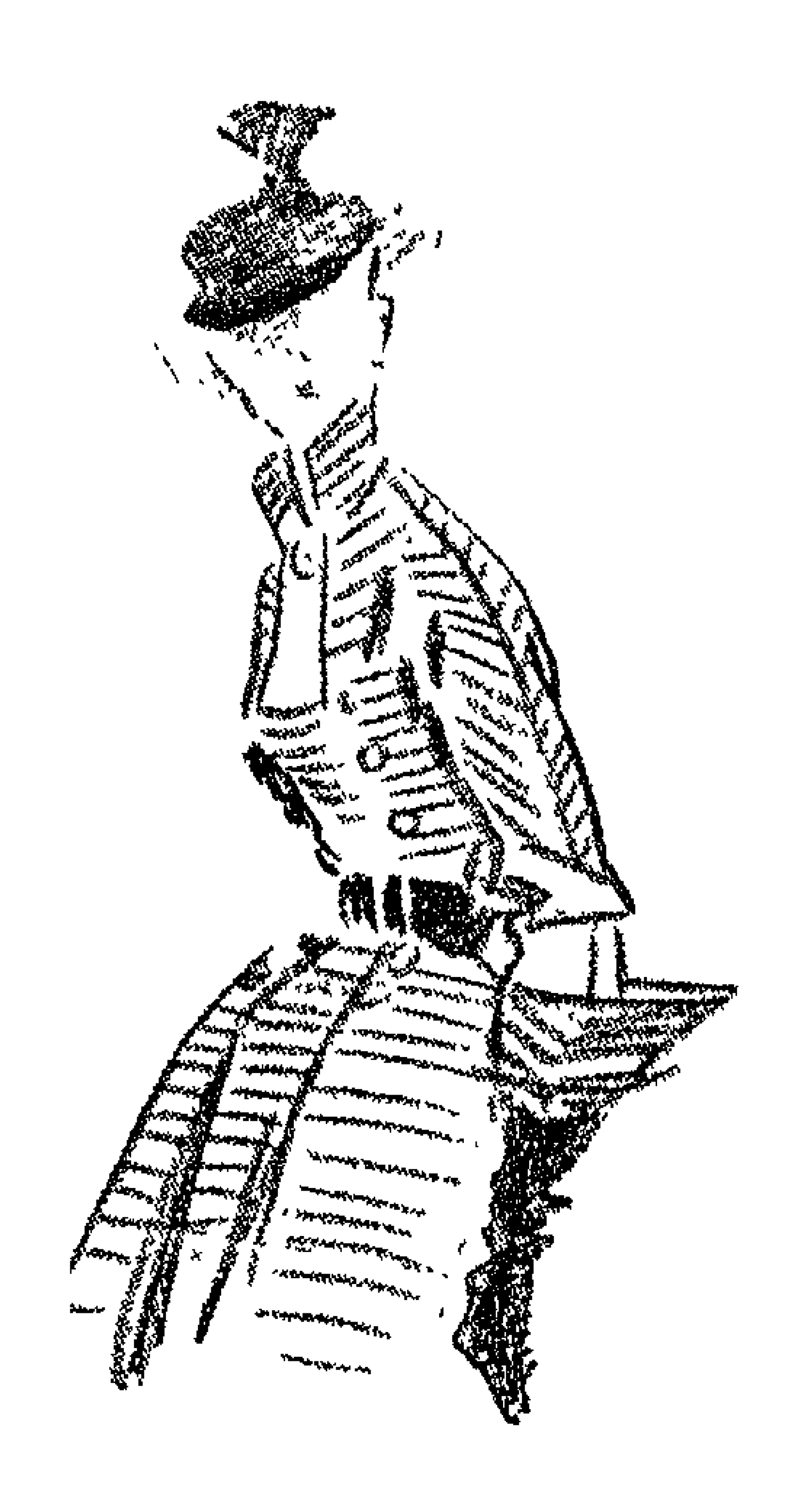


زى من مجموعة الازياء الرائعة التى قدمها بيت كريستيان ديور صانع الازيـاء المعروف بباريس



تقدم مدام كارفن مبتكرة الازياء المعروفة هذا الفستان المصنوع من الشاش الاليوتين وهو مخطط بالازرق والابيض





هذا الفستان الانيق صنع خصيصا ليرتدى فى فصل الربيع وهو يمثل خطوط الموضة كما اتفق عليها صانعو الازياء بباريس

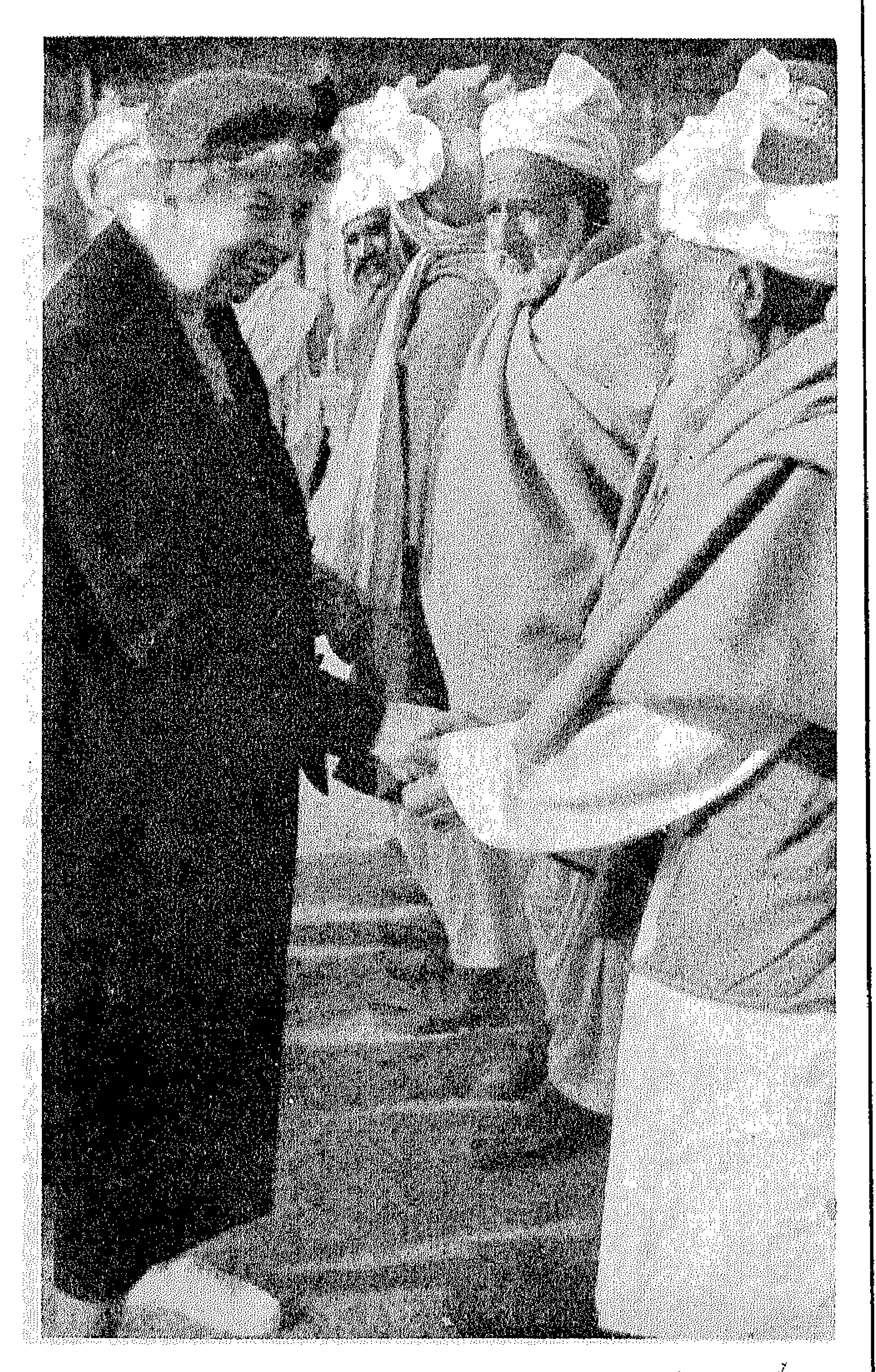




ثوب للسهرة من الفاى الاسود
وقد حلى بشال وردى بليسيه
ويلاحظ ان الخصر ضيق وقد
ارتدت صاحبته قفازا من نفس
قماش الفستان يغطى الذراعين



سافرت السيدة راجيه حمزه حرم الاستاذ محمد بك عبدالقادر حمزه الى الباكستان ممثلة لاتحاد بنت النيل وبعض الاحزاب النسائية الاخرى فى المؤتمر النسائى الذى تعقده البيجوم لياقت على خان فى لاهور ويرى فى الصورة السيدة راجيه فى الوسط ومعها مندوبات اتحاد بنت النيل والسيدة خديجة الاسكندرانى عند توديعها



سافرت السيدة اليونور روزفلت الى الباكستان وقد قالت فى حديث لها مع بعض الصحفيين انها تؤمن بحرية المرأة وانها ستعمل جاهدة لنصرة مطالبها . وهاهى ذى تصافح بعض رؤساء العشائر



خطوط الموضة لهذا الموسم

أرسلت لنا مدام جرمين لوكونت مبتكرة الازياء الباريسية المشهورة مقالة عن خطوط الموضة لربيع وصيف عام ١٩٥٢ فقالت انها أرادت أن تضع حدا للبساطة التي وصلت اليها الموضة في الايام الاخيرة • فغدت الازياء سهلة النقل أو الاقتباس •

ان باريس مدينة الفن والصناعات الدقيقة يجب عليها ألا تتخلى عن الميدان الذي بذت فيه غيرها من المدن وأن تحافظ على مجدها التليد في هذا المضمار •

انها ليست المرأة المثالية التي أوحت الى جرمين لوكونت بابتكاراتها بل النساء جميعا دون تمييز ، هن اللواتي ساعدنها على الوصول الى ما تريد • وقبل كل شيء ينبغي مساعدة المرأة على أن تكون أنيقة وينبغي ألا ننسى ان الفستان يجب أن يحتوى على خصر ، وصدر ، وارداف وان السيدات لسن مانكانات

ان جرمين لوكونت تطلق على خطوط أزياء هذا الموسم اسم (السلم المتحرك) فللجونلة طولان وللخصر ارتفاعان حسب المرأة نفسها •

ان ارتفاع الجونلة سوف يتراوح بين :

٣٧ سم و٣٨ سم لفساتين الرياضة
٣٥ سم و٣٦ سم لفساتين بعد الظهر
٣٥ سم و٣٣ سم لفستان زيارات المساء •

التاييرات :

ان تاييرات الصباح من الصوف الخفيف المشمط أو الشيني • أما تاييرات بعد الظهر فهي من الشانتونج والتويل والجروجران والساتان البليسيه والتفتاه المطبوع والساتان المطبوع بجيوب وريفيرات بليسيه • الاكمام ثلاثة أرباع أو قصيرة • الياقات بسيطة والباسك قصير جدا والاكتاف مستديرة •

فساتين بعد الظهر :

الخطوط مستقيمة • الياقات كبيرة • بليسيه • أحزمة ذات عقد كبيرة كالايشاربات وايشاربات على هيئة بوليرو • أقمشة صوفية خفيفة بيج ورمادي وكحلي وأسود وأبيض وأقمشة مطبوعة رمادية وبيضاء وبيج وبيضاء وسوداء وبيضاء وكحلية وبيضاء . الاكمام ثلاثة ارباع . اما الاكمام الطويلة فهي نادرة .

٥ سيدات من جنسيات مختلفة و ٥ أزياء باريسية

مدام ادواردو سوريانو

لادى كرانيورن



اشتهرت باريس منذ اكثر من مائتى سنة بانها المدينة التى تصنع الازياء وتعرضها على مدن العالم جميعا دون استثناء وقد حاولت بعد الحرب العالمية الاولى كل من نيويورك ولندن ورؤما ان تنتزع من باريس مركزها الذى تبوأته منذ القدم . ولكن جميع هذه المحاولات باءت بالفشل الذريع . ومضت مدينة النور قدما تضع قواعد الموضة لا ينازعها احدحتى الحرب

العالمية الثانية حيث عاودت المدن الثلاث الكرة خاصة بعـــد ان سقطت باريس فى ايدى الالمان وجرى ما جرى لها خلال سنوات الاحتلال الاربع . غير أن الباريسيين ومبتكرى الازياء رفضوا حتى فى هذا الوقت العصيب أن يسلموا بالامر الواقع ولم يقف الاحتلال عقبة فى سبيل الفن الذى خلقوا له . فلما وضعت الحرب اوزارها عادت باريس تلبس سيدات العالم الانيقات



مدام لويس فرانسوا بونشيه

البارونة الين دى روتشيلد



الاميرة دى ميترنيخ



٣ أثواب لبعد الظهر

ها قد بدأت بشائر الربيع تطل علينا. ولا شك اننا فى حاجة الى استبدال ملابس الشتاء الثقيلة بملابس الربيع والصيف الخفيفة وعيب الربيع أو الصيف انهما يتطلبان منا نحن النساء اكثر من فستان واحد . فهناك الحر والغبار والعرق . وقد اخترنا لك





ياسيدتى هذه المجموعة الانيقة من اثواب بعد الظهر . وان وضوح الصور يعفينا من التعليق عليها . الا اننا نـــود ان نلفت نظرك فقط الى نـــوع القماش المستعمل فى كل منها فالفستان الاسود الذى الى يمين الصفحة اليمنى مصنوع من التفتاه السوداء او الكحلية امـــا الثوبان الاخران فهمـــا من الموريللا . واحدهما كما ترين محلى بياقة كبيرة من التفتاه من نفس لون الموريللا

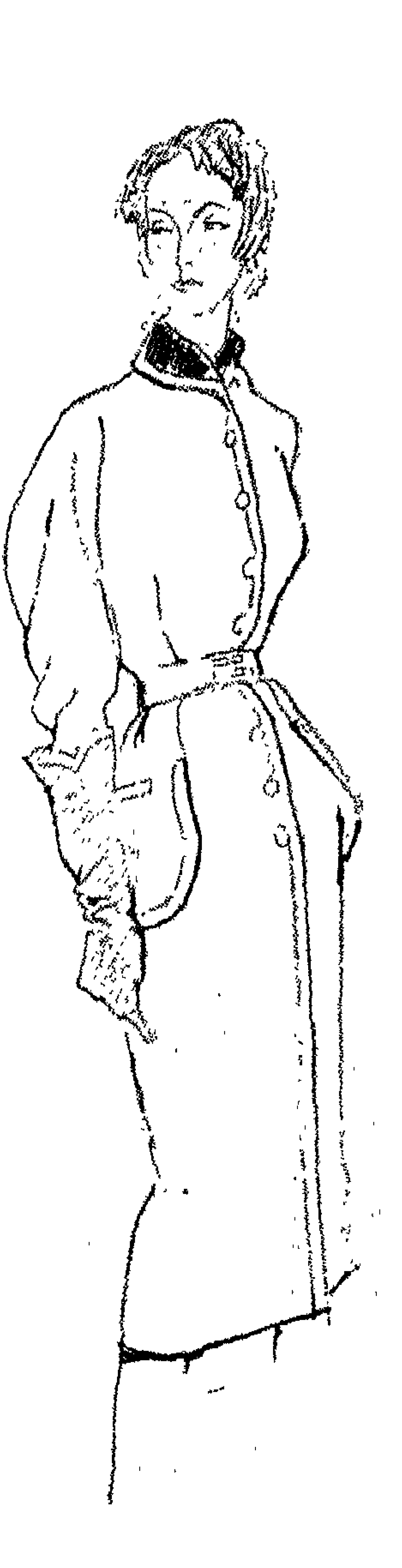
بيير بالمان

لانفان كاستيلو



فستنان من الحرير الاسود يمتاز بديكولتيه درابيه معقود أما الجونيلة فيلاحظ انها غاية فى البساطة

بلوزة من الجروجران الابيض محلاة بالدانتلا البيضاء وبكرافات من القطيفة السوداء وجونيلة من الصوف الخفيف



العودة الى الفساتين المصنوعة من الكريب الاسود يعلنها هذا الثوب البسيط المحلى بياقة من القطيفة وبجيوب واسعة



بوليرو باكمام طويلة من قماش الاوتومان الاسود يغطى ديكولتيه الفستان . صنع مارسيل روشاه

ماجى روف

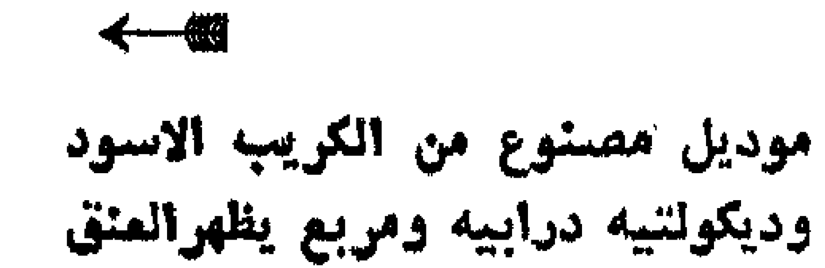
مانجان



فستان من الصوف الخفيف الاسود يمتاز بجونيلة فيها بعض الكشكشة التى تتجه الى الجانبين وباكمام ضيقة

فستان اسود محلى بايشارب يدور حول الديكولتيه ويبدو الفستان وكأنه من قطعتين . الباسك طويل . والقبعة وردية





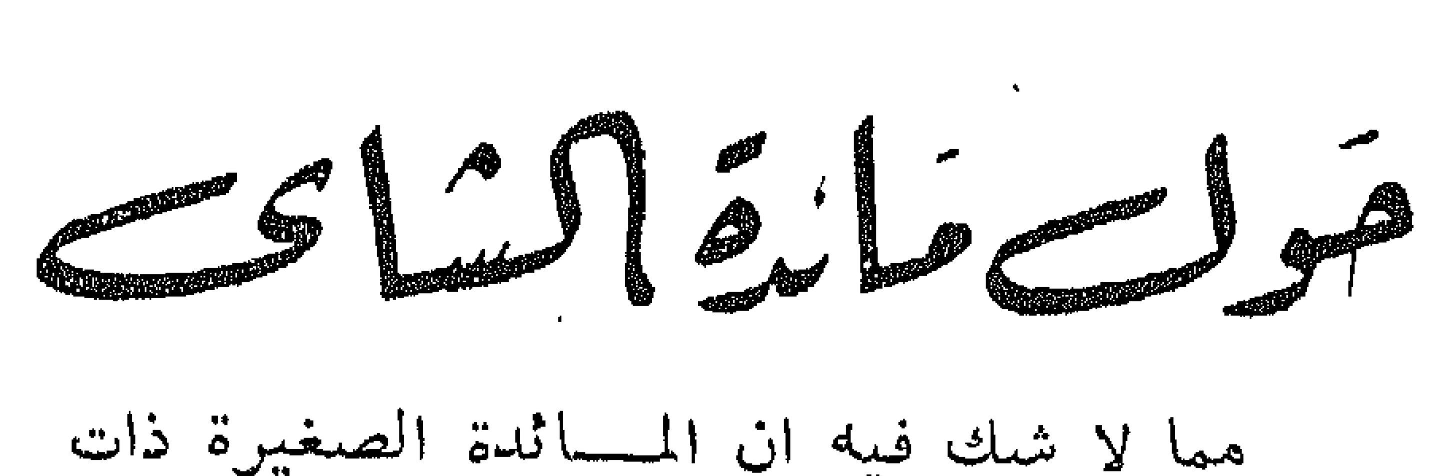
موديل مصنوع من الكريب الاسود وديكولتيه درابيه ومربع يظهر العنق



يقدم باكان هذا الثوب الذى يمتاز بكورساج كروازيه ودرابيه حول العنق . أما الجونيلة فاتساعها معقول







حول مائدة الشاى

مما لا شك فيه ان المائدة الصغيرة ذات العجلات أصبحت من الادوات المنزلية الحديثة التى لا غنى عنها ويجب أن تنال من رعاية ربة المنزل فى تجميلها وتزيينها بالمفارش الانيقة لانها تغنيها عن الخدم لسرعة تنقلها بسهولة من غرفة الى أخرى ، واليك نموذجين لمائدة متوسطة الحجم .

خذى أولا مقاس طول وعرض الارفف الزجاجية ثم فصلى القماش ويستحسن أن يكون من التيل المتين ولك أن تختارى اللون المفضل عندك ويكون من الالوان التى لا تتأثر بالغسل ثم ارسمى هذه الوحدة المكونة من شكل حبة الزيتون الموضحة فى النموذج ، أما طريقة شغل هذه الرسمة فيكون كالآتى : أولا ـ جزء منها ـ أى الوحدة ـ يكون طريقة شغله بغرزة البروديريه الانجليزى المخرم وهى معروفة وسهلة ، والنصف الآخر يكون شغله بطريقة الحشو وحول هذه المجموعة نقط متنائرة مشغولة بغرزة البذور المعروفة وارسمى حول هذه المجموعة خطين واشتغليهما بغرزة الفرع وانثرى داخل المفرش مجموعة من الحلقات المستديرة الصغيرة واشتغليهابغرزة البروديريه المخرم من الداخل ومن الخارج انثرى حولها نقطا مشغولة بغرزة البذور ويستحسن أنيكون لون الخيط من لون القماش ليعطى للمفرش منظرا جذابا ، وأخيرا ثبتى حول المفرش من الخارج شريطا من الدانتلا دقيق الصنع .

بهيرة لطفى

بنت النيل في شئون منزلك

مخده من الريش :

لقد جمعت كمية كبيرة من ريش الفراخ والاوز وأريد أن أعمل منه مخدة فهل يمكنك ارشادى عن طريقة تنظيفه :

ج ـ املئى نصف صفيحة بمقدار من الماء وضعى فيه كمية قليلة حوالى ملعقتين كبيرتين من صودا الغسيل وبعد أن تذوب تماما ضعى الريش فى هذا الماء وارفعيه على النار الهادئة حتى يصل فقط لدرجة الغليان مع تقليبه باستمرار بقطعة عصا • ثم ارفعيه من على النار • وأتركى فيه الريش لمدة دقيقة واحدة أو اثنتين مع التقليب الدائم المستمر حتى يظهر على سطح الماء مادة دهنية ثم انزعى المادة الدهنية كلما ظهرت ثم انزعى الريش من الماء القذر وضعيه مرة ثانية فى ماء ساخن وكررى العملية السابقة تماما وانزعى طبقة الدهن عندما تظهر •

ثم انزعى الريش واشطفيه جيدا بماء دافىء عدة مرات ثم يصفى جيدا من الماء •

ضعى الريش فى أكياس صغيرة ذات أربطة مدلاة (مخلة) وضعى كمية صغيرة فى كل كيس ويربط ثم علقى الاكياس على الحبال فى الشمس والهواء الطلق وأتركيها حتى يجف الريش بداخلها مع ملاحظة هزها من حين لآخر لتقليب الريش داخلها حتى لا يجف بعضه دون الآخر •

بعد ذلك تحصلين على ريش نظيف ناعم جدا هش • وأنبهك بأن تتخيرى اليوم الصحو ذا الشمس والهواء لهذه العملية كذلك احذرى بقايا الصابون لانه يفسد الريش ، ويجعل شعراته الدقيقة تلتصق وتتماسك ببعضها •

استعملى الريش بعد ذلك فى حشو المخدة

* * *

س ـ بقعة طين على كرسي منجد :

جاء كلبى يجرى من الحديقة وصعد فورا بأرجله الموحلة على كرسى منجد فأحدثت مخالبه الموحلة علامة على الكرسى • أرجو ارشادي عن طريقة ازالتها :

ج ـ مادامت البقعة المذكورة خالية من أى مادة دهنية فمن السهل ازالتها بأن تتركيها حتى تجف تماما ثم فرشيها بفرجون على قدر المستطاع • ثم اغمسى فوطة ناعمة فى محلول من الماء ورغوة الصابون وأعصريها جيدا جدا وبخفة امسحى بها آثار البقعة الظاهرة • ثم أغمسى الفوطة ثانية فى ماء صاف دافىء بدون صابون وامسحى البقعة لازالة الصابون • ولاحظى ان تكون الفوطة فى هذه الحالات فقط مندداة • وأن يكون المسح سطحيا خفيفا أتركى الكرسى يجف فى الهواء •

س ـ اصلاح قفاز جلد فسد بالغسل

عندى قفاز جلد غسلته فجمد جلده وانكمش بحيث أصبح غير صالح للاستعمال ـ فهل عندك طريقة لاصلاحه واعادته لحالته الاولى •

ج ـ أعيدى غسله فى ماء دافىء به كمية من مذوب الصابون الجيد الخالى من الصودا • ثم أشطفيه بماء دافىء، وأعصريه بخفة بضغطه بين يديك ثم افرديه فوق فوطه بشكير فردا جيدا واصلحى من شكله العمومى بقدر المستطاع ومطيه ليأخذ حجمه الطبيعى ثم لفيه بهذا الوضع لفا جامدا جدا فى الفوطه البشكير وأتركيه طول الليل اذا رغبت ذلك•

وفى الصباح البسى القفاز بخفة فى أصابعك وهو مبلول وساويه فى يدك جيدا حتى يأخذ شكله الطبيعى ثم اخلعيه من أصابعك بخفة مع المحافظة على شكله ونفخة أصابعه ثم علقيه هكذا ليجف فى الهواء الطلق • ولكن قبل أن يجف تماما وهو لا زال مندى رطبا أعيدى لبسه فى يديك ليأخذ شكله الاصلى ثانية• ثم اخلعيه بخفة وأتركيه فى الهواء يجف تماما •

هذا العلاج قد يحفظ قفازك الجلد ويمنعه من الانكماش

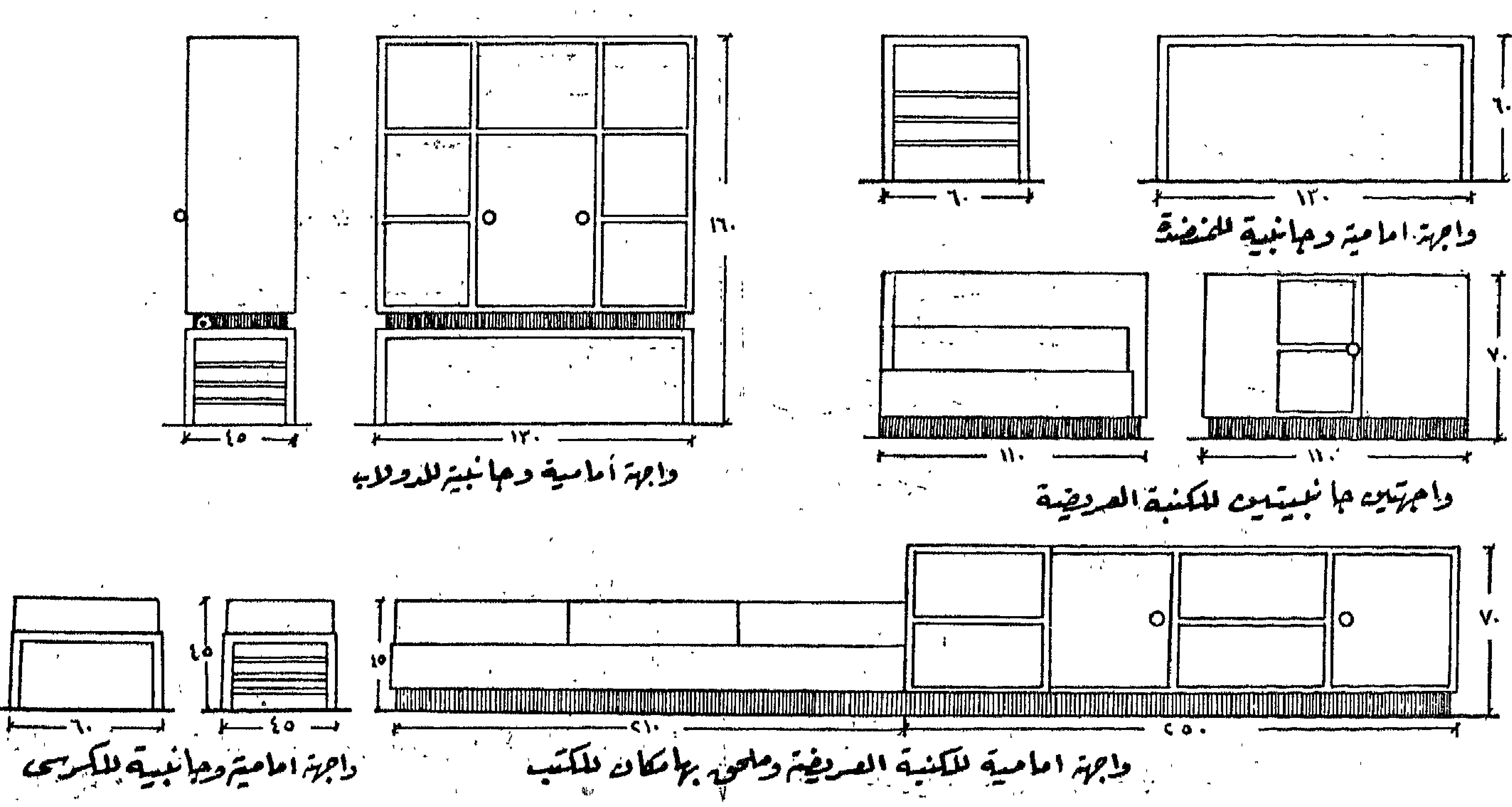
كيف تؤثثين

للدكتور محمد حماد

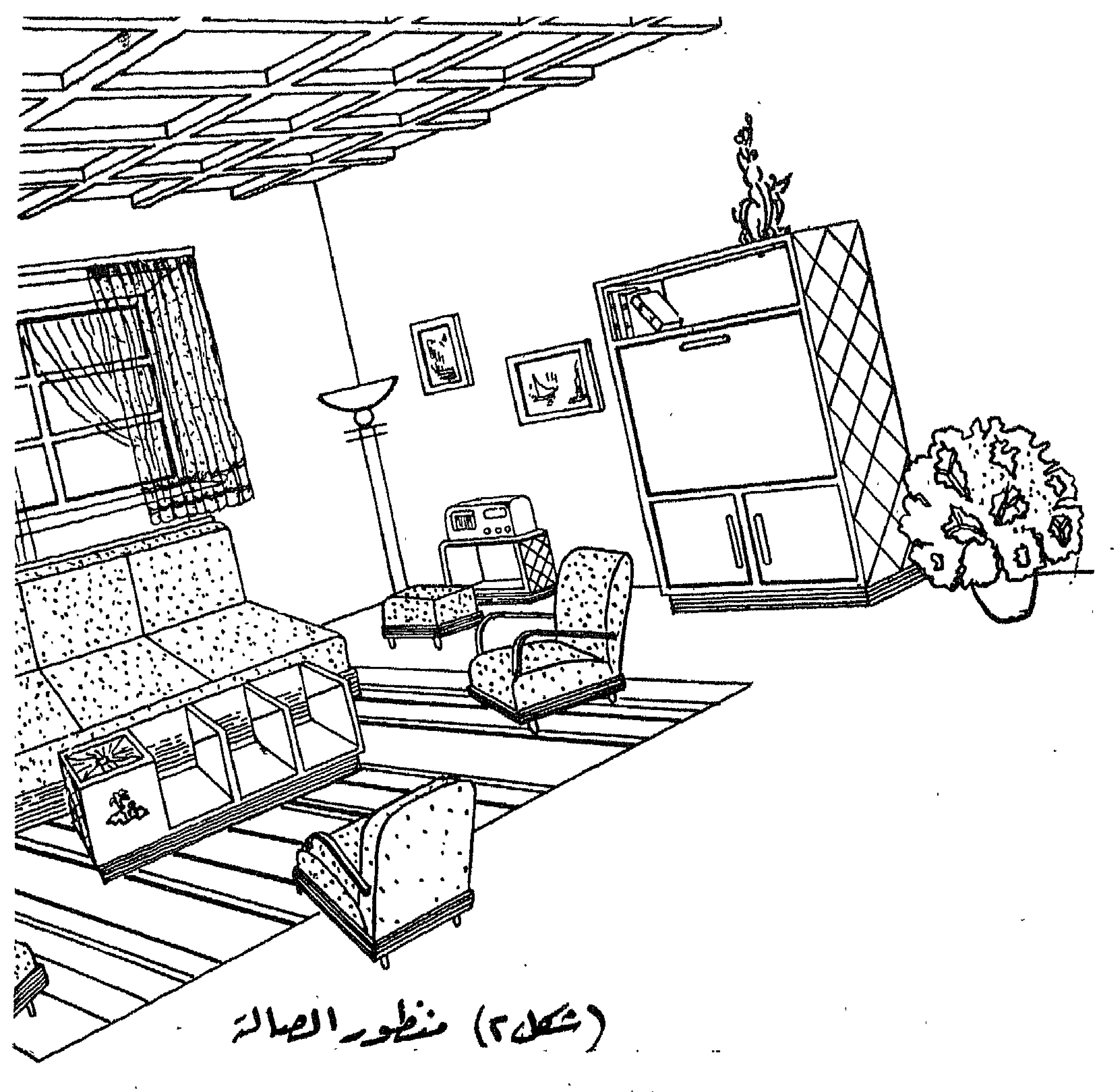
◆ لعاداتنا الشرقية تأثير كبير على نظام المنزل ولذلك نجد للصالة دورا كبيرا فى حياتنا اليومية فهى غالبا ما تكون المكان المختار الذى يجتمع فيه أفراد العائلة كما أنها تستعمل كذلك فى كثير من الاحوال لاستقبال الخاصة من الزوار ، وقد تستعمل كذلك كمكان يستريح فيه الانسان لقراءة جريدة أو كتاب ٠٠ هذا هو استعمال الصالة فى حياتنا العادية ولذلك يلاحظ فى اختيار أثاثها أن يكون مناسبا للغرض الذى صمم من أجله فيشمل كنبة عريضة مريحة للجلوس (ديفان) وكراسى كبيرة وكراسى صغيرة احتياطية ودولابا ومكتبة ومنضدة للوسط ٠٠

◆ ونرى هنا شكلين لاثاث الصالة ، ويشرح (شكل ١) أثاثا مكونا من كنبة عريضة بجوارها مكتبة عريضة لوضع الكتب والجرائد ويوضع

(شكل ١) منظور للصالة



الصالة؟

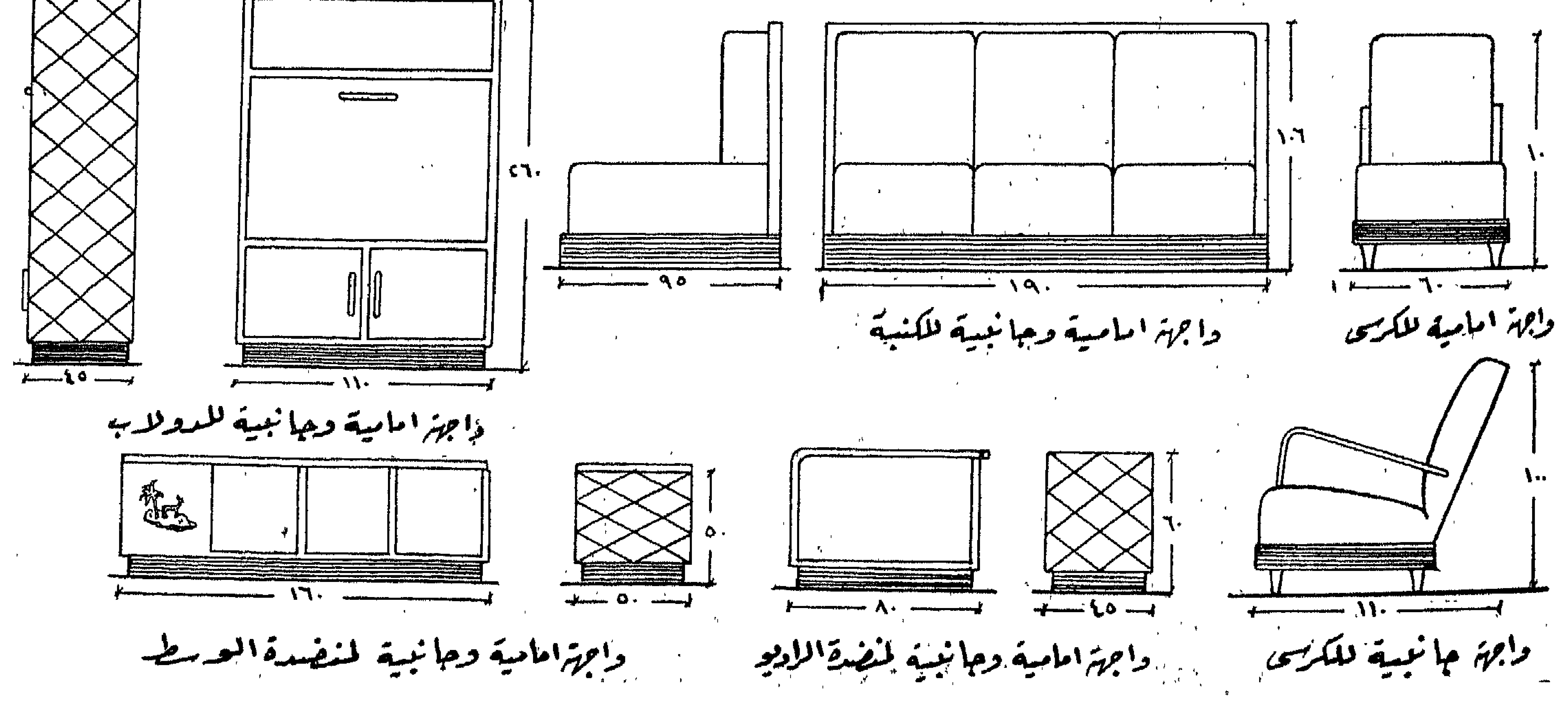


(شكل ٢) منظور الصالة

فوقها فى الوقت نفسه بعض التحف الصغيرة أو زهرية الورد أو أباجور للانارة .. ويوضع أمام الكنبة منضدة صغيرة كرسى بمسند (فوتيل) ، ويمكن كذلك عمل عدة كراسى صغيرة سهلة الحركة لاستعمالها وقت اللزوم .. ومن الممكن كذلك عمل دولاب ان كان المكان يسمح بذلك كالمرسوم بنفس الشكل، أما الحوائط فتزخرف عادة ببعض صور من الحفر أو الصور الزيتية.

◆ أما شكل ٢ فيشرح أثاث صالة أكثر بساطة من النموذج السابق اذ يحتوى على كنبة صغيرة وكرسيين (فوتيل) وقد وضع بينها منضدة بها دولاب صغير لحفظ علب السجاير أو الملبس وما اليها من الحاجات التى تلزم لتقديمها للزوار ، وفى الركن نرى مصباح بنور منعكسا يبعث جوا هادئا للمكان ووضع بجواره جهاز الراديو على منضدة صغيرة وأمامه كرسى صغير .. وبجواره دولاب فوقه رف بسيط لوضع الكتب أو الجرائد وما اليها ..

◆ ونلاحظ انه من الممكن كذلك تزيين الشبابيك بستائر بسيطة تتمشى ألوانها مع ألوان فرش الاثاث كى لا تكون فى وضع متنافر ويستحسن أن يعمل لها حوامل تركب فى أعلى الشباك وتثبت فيها الستائر وتكون مماثلة فى تصميمها لتصميم الاثاث نفسه ..



أعدى منزلك لفصل الصيف

لقد ولى الشتاء ببرده ، وبدأت بشائر الصيف تخطو خطواتها وتبدأ ، ولا شك أن منزلك فى حاجة الى تنظيف بل وفى حاجة الى اعداد ليستقبل معك الفصل الجديد .

ولكن يجب أولا يا سيدتى ألا تفزعك (حملة النظافة) هذه التى نشير بها عليك . اننا نطلب اليك ألا تقدمى عليها بلا نظام وقد سلحت نفسك بخرق التنظيف والمكانس وغيرها من الادوات التى تستخدم فى هذا الشأن .

ان كل ما يطلبه منزلك هو أن تقومى بعمل (تواليت) له ، وان هذه العملية سوف تجلب السرور الى قلبك ان عرفت كيف تنظمينها . فالنظام يوفر عليك وقتك ومجهودك .

وأول نصيحة نقدمها لك هى ألا تقومى بتنظيف الشقة تنظيفا عاما . نظفيها غرفة بعد غرفة . انها الطريقة المثلى التى تلجأ اليها كل سيدة ذكية يهمها أن يبدو منزلها منظما نظيفا . وهو بلا شك أمر يهم جميع السيدات .

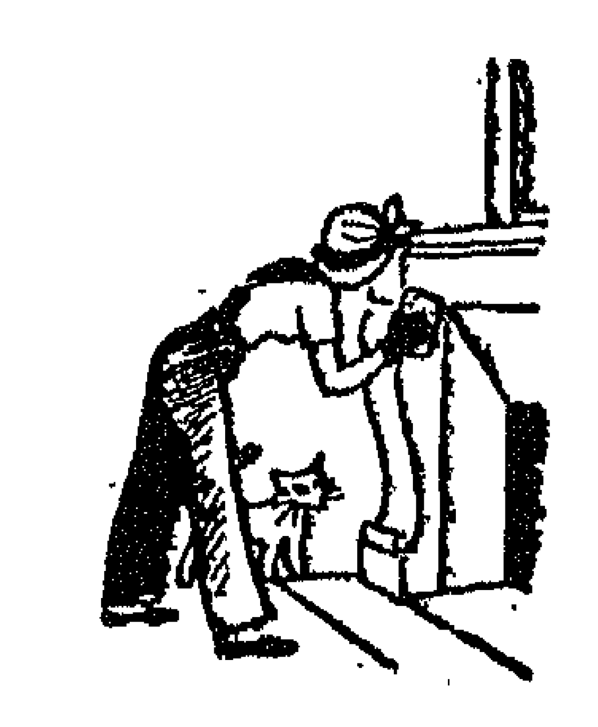
طريقة التنظيف :



١ ـ افرغى ان أمكن الغرفة التى تريدين تنظيفها مما فيها من الاثاث (أو على الاقل الاثاث الذى يمكن نقله) . انزعى الستائر والاقمشة الموضوعة على زجاج النوافذ والسجاجيد وما اليها .

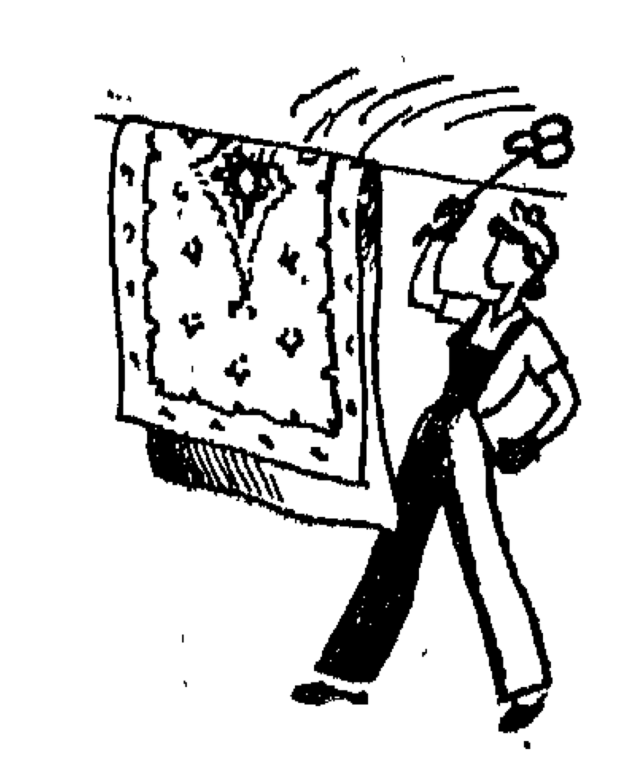
٢ ـ وأول شىء عليك أن تعمليه بعد ذلك هو تنفيض السقف والحوائط من الغبار العالق بها بواسطة (رأس العبد) . وان كان الحائط مدهونا بالزيت أو اللاكيه اغسليه بماء الصابون الدافىء مع الدعك دعكا خفيفا بأسفنجة ثم أشطفيه واتركيه يجف . أما ان كان الحائط ورقا غير قابل للغسيل وكان عليه بعض بقع من الدسم فيمكنك ازالتها بالايتير . وان كانت لديك حوائط مكسوة بالخشب وأردت تنظيفها فعليك بتحضير المحلول الآتى : ٥٠ جم بترول ، ٥٠ جم آستون ، ٥ جم برافين . امزجى هذا كله مزجا تاما . اغمسى بهذا المحلول خرقة وادعكى بها البقع دعكا دائريا . وبعد تنظيف الخشب من البقع اعدى المحلول الاتى : ١٠٠ جم سلفات الصوديوم ، ٢٠٠جم ملح طعام فى ماء قدر اناء صغير . اغمسى اسفنجة بهذا المحلول وادهنى بها الخشب كله .

٣ ـ وان كان عندك شيء مصنوع من الرخام الاسود أو الملون فعليك بغسله بالماء والصابون وتجفيفه بقطعة من القماش .



٤ ـ ها قد آن أوان تنظيف الزجاج والمرايا . لا تغسلي زجاجك وهو معرض للشمس وان أردت الحصول على أحسن النتائج فعليك بغسله بمحلول مكون من ماء وكحول الاشتعال العادى بنسبة واحدة . استخدمى فى هذه العملية الخرق القديمة التى ليس لها وبر ثم جلد الشامواه .

ولتنظيف المرايات عليك بعمل خليط من السبداج والكحول الذى يستعمل فى الاشتعال . غطى المرآة بهذا المستحضر واتركيها تجف .



ادعكيها بعد ذلك بخرقة جافة ثم بجلد الشامواه .

٥ ـ ان كانت أرضية الغرفة من الباركيه الحقيقية فيجب دعكها بقشور الحديد مع الاهتمام بالمواضع التى فيها بقع . ادهنيها بعدذلك بالشمع الخاص . اتركيها تجف ثم فرشيها .

أما الارضية الخشب العادية فينبغى غسلها بالماء الساخن مذابا فيها بعض بلورات الصوديوم . اشطفيها بعد ذلك بالماء العادى .

وان كانت الارضية مغطاة بالسجاد فأول ما يجب عليك أن تعمليه هو تنفيضها من الغبار العالق بها امابالشافط الكهربائى واما بالمكنسة ذات الشعر الناعم ، وبعد أن تتأكدى من أنك قد خلصتها من الغبار خذى نشارة



الخشب وبلليها بالماء وبالامونياك ورشيها بعد ذلك على السجادة أو السجاد وفرشيه بفرشاة سميكة فى جميع الاتجاهات وارفعى النشارة المتسخة بالشافط الكهربائى أو بالمكنسة .. أنظرى الى سجادتك الان .. لقد أصبحت جديدة .

اليك طريقة اعادة ألوان السجاد الى ما كانت عليه . اقطعى كرمبة غير مبللة الى جزأين وادعكى بها السجادة فى اتجاه الوبر ومن الجهة المقطوعة من الكرنبة . وكلما

اعـــلان

تعلن منطقة القاهرة الشمالية التعليمية عن رغبتها فى استئجار مبان تصلح دورا للتعليم بجهات روض الفرج وشبرا والظاهر والفجالة وغمرة والشرابية والجمالية والحسينية ومصر الجديدة بالشروط الاتية :

١ ـ أن يتوفر بالمبنى من ١٥ الى ٢٠ حجرة متسعة على الاقل

٢ ـ أن يكون للمبنى فناء متسع

٣ ـ أن تكون المبانى فى حالة جيدة ومتوفر بها دورات المياه الصحية الكافية والموصلة الى المجارى العمومية .

٤ ـ أن يكون المالك مستعدا لاجراء ما تطلبه المنطقة من تعديلات أو ترميمات أو انشاءات

فعلى كل من يرغب فى تأجير منزله بالشروط السالفة الذكر أن يتقدم بطلب باسم حضرة صاحب العزة مراقب عام منطقة القاهرة الشمالية التعليمية رقم ٥ شارع ريدان بالعباسية وان يكون طلبه مصحوبا برسم هندسى تفصيلى عن المبنى ـ هذا **وقد تحدد يوم أول مايو سنة ١٩٥٢ آخر موعد لتقديم هذه الطلبات ، والمنطقة لها الحق فى قبول أو رفض أى طلب دون ابداء الاسباب .**

(٨٦٦)

مصـــــــلحة البلديات

تقبل العطاءات بمجلس بني سويف البلدى حتى ظهر يوم ١٦ ابريل ١٩٥٢ من عمليـــة توريدات أدوات مياه • وتطلب الشروط والمواصفات من المجلس على ورقة تمغة فئـة خمسين مليما نظير ٢٠٠ مليم • وكل عطاء لا يرفق به تأمين ابتدائى قدره ٢ ٪ من قيمته لا يلتفت اليه • (٩٩٩)

مصـــــــلحة البلديات

تقبل العطاءات بمجلس الفيوم البلدى حتى ظهـر يوم ٣٠ ابريل سنة ١٩٥٢ عن عملية توريد أدوات ميـــاه • وتطلب الشروط والمواصفات من المجلس على ورقة تمغة فئـة خمسين مليما نظير مبلغ ٣٠٠ مليم للنســـخة ، وكل عطاء لا يرفق به تأمين ابتدائى قدره ٢ ٪ من قيمته لا يلتفت اليه • (١٠٠٠)

مصـــــــلحة البلديات

تقبل العطاءات بمجلس اسيوط البلدى حتى ظهر يوم ١٤ ابريل سنة ١٩٥٢ عن عملية انشاء حمامات ومراحيض وغرف بحوض السباحة • وتطلب الشروط والمواصـــفات من المجلس على ورقة تمغة فئة ٥٠ مليما نظير مبلغ ٢ جنيه للنسخة بخلاف أجرة البريد وكل عطاء لا يرفق به تأمين ابتدائى قدره ٢ ٪ من قيمته لا يلتفت اليه • (١٠٠١)

مصـــــــلحة البلديات

تقبل العطاءات بمصلحة البلديات (بوستة قصر الدوبارة) لغاية ظهر يوم ١٣ ابريل سنة ١٩٥٢ عن عملية سحب واعادة دق بئر ارتوازية قطر ٦ بوصــــــة بالفشن • وتطلب الشروط والمواصفات من المصلحة على ورقة تمغة فئة الخمسين مليمـــا مقابل دفع مبلغ ٥٠٠ مليم خلاف أجرة البريد وكل عطاء غير مصحوب بتأمين ابتدائى قدره ٢ ٪ لا يلتفت اليه • (١٠٠٧)

وزارة الحربية والبحرية ـ مدير عام مصلحة الطيران المدنى

يقبل العطاءات لغاية الساعة ١٢ من ظهر يوم ١٦ ابريل سنة ١٩٥٢ عن عملية انشاء مبنى جراج وورشة ومبنى مخازن بمطار امبابه المدنى • وتطلب الشروط والمواصفات على ورقة تمغة فئة ٥٠ مليما من قسم المشتريات بثكنات قصر النيـــل مقابل ٣ جنيه للنسخة الواحدة يضاف اليها ٨٠ مليما مصاريف البـــريد • (١٠٦٢)

وزارة الحربية والبحرية ـ مدير عام مصلحة الطيران المدنى

يقبل العطاءات لغاية الساعة ١٢ من ظهر يوم ١٤ ابريل سنة ١٩٥٢ عن توريد صفارات انـذار كهربائية ويدوية • وتطلب الشروط والمواصفات على ورقة تمغة فئة ٥٠ مليما من قســـم المشتريات بالمصلحة بثكنات قصر النيل مقابل ٢٥٠ مليمـــا للنسخه الواحدة يضاف اليها أربعون مليما مصاريف البريد • (١٠٣٢)

الادارة الهندسية بالشرقية

تقبل العطاءات لغاية ظهر يوم ١٢ ابريل سنة ١٩٥٢ عن : اصلاح ٥ دورات مياه مساجد بنواحى بمراكز الحسينية وأبو كبير وههيا وكفر صقر وأبو حماد بمديرية الشرقية • وتطلب الشروط والمواصفات من الادارة الهندسية بالزقازيق على ورقة تمغة فئة الخمسين مليما نظير مبلغ جنيه واحد بخلاف مايةمليم اجرة البريد ويمكن الاطلاع على الرسومات بالادارة الهندســـية بالزقازيق ، وكل عطاء لا يكون مصحوبا بتـــأمين مؤقت قدره ٢ ٪ من قيمته لا يلتفت اليه • (١٠٤٧)

اتسخت الكرنبة اقطعيهـــا وهكذا ..

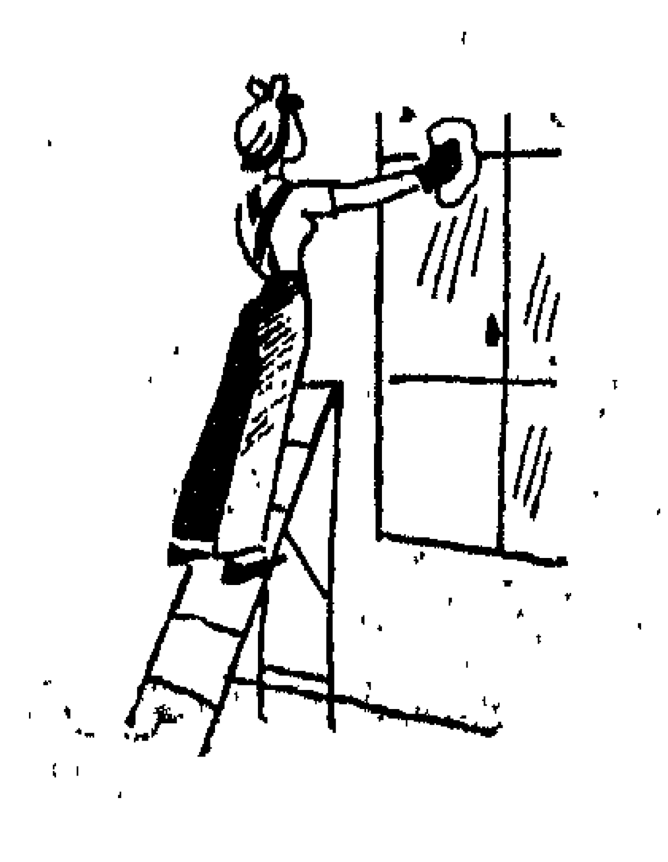
وان كانت سجادتكملونة بألوان نباتية كالســـجاد العجمى مثلاأو السجادالقديم فهناك طريقة أخرى لاعـادة البهجة الى ألوانها • ضعى فى ثلاثة ألتار من الماء ثلاث ملاعق كبيرة من البوراكس، اغمسى فى هذا المحلـــول الفرشة ذات الشعر القاسى وفرشى بها السجادة تفريشا خفيفا • وان كانت السجادة صغيرة الحجم كان الافضـل وضعها على حبل أو عـــلى درابزين الشرفة وضربهـــا بالمضرب المصــــنوع من الخيزران • وبعد تنفيضهـا جيدا عامليها بنفس المعاملة التى عاملت بها بقية السجاد

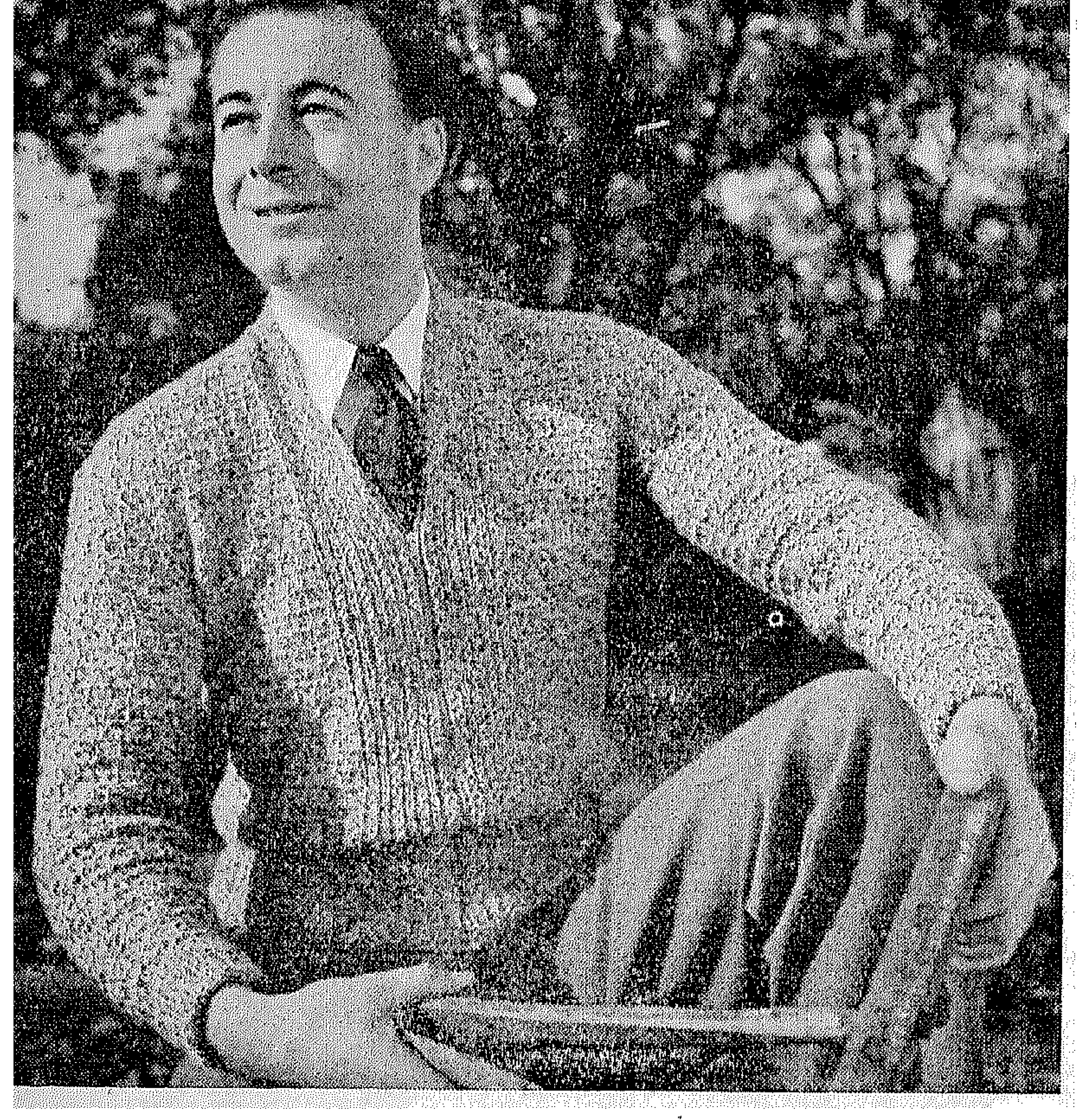
٦ ـ الستائر المصنوعةمن الفوال (أى الشـــاش) أو التول يجب غسلها بالمـــاء والصابون ثم شطفها بالماء جيدا وتنشيفها خفيفا • وان كانت ذات مساحـــة كبيرة فعليك بتدبيسها بعد فردها على فراش تكونين قد غطيته بملاءة مجوزة واحرصى عند تدبيسها أن تحفظى لهـــا أبعادها التى كانت عليهـا • لا تشدى النسيج أكثر مما يجب ولا ترخيه• أما الستائر المصنوعة من التول فلا داعى لكيها ان كانت قد فردتفردا جيدا على الفراش •

٧ ـ ها قد آن أوان اعادة الاثاث الى الغرفة بعـــد أن انتهيت من تنظيفها • ولكن قبل ذلك عليك بتفريغ الاثاث مما فى داخله ومســحه من الداخل • وعند اعادة الاثاث الى مكانه أعيدى وضعالاشياء التى كانت فى داخله • انها فرصة طيبة لاعادة النظر الى محتويات أدراجك بعد تغيير ورقها أو الكريتون •

وهكذا ياسيدتى ترينأن النظام هوكل شىء فىالحياة المنزلية • ان النظام كمـا لاحظت وأنت تقرأين هـذا الموضوع يوفر عليك جهـدا كبيرا قد تكونين فى أشـد الحاجة اليه • خاصة وقد اشتدت أزمة الخـــدم واستفحلت فأصبحت من المشكلات التى يصعب حلها ولا شك فى أنك لاحظت أن الطريقة التى قدمناهـــا لك لن تكلفك كثيرا ولـــن تضع البيت عاليه سافله ولن تنفر زوجك منه •

هيا ياسيدتى لقد حـــل الربيع فصــــــل الحركة والنشاط• هيا أعدىمنزلك له ...





صديرى بقفل جرار

المواد اللازمة : ٥٠٤ جرام من صوف باتونز بيهايف فنجرنج P & B – ٥ فتل – ابرتان بيهايف نمرة ٧ ونمرة ٩ – قفل جرار (Zip fastener) طول ٥٢٫٥ سم مفتوح للاخر

المقاسات : دوران الصدر ٩٥ – ١٠٠ سم – الطول من اعلى الكتفين ٦١ ١/٤ سنتى – خياطة الكم ٤٧٫٥ سم

قوة الشد : ٥ غرز فى مسافة ٢٫٥ سم على موديل غير مشدود

الاصطلاحات : غ : غرزة . ع : معدولة . م : مقلوبة . معا : غرزتان فى غرزة . (...) : الجزء المنحصر بين القوسين يشتغل لعدد المرات المذكورة *...* : رمز للتكرار .

الظهـــر

بالابرتين نمرة ٩ ابدئى ٨٠غ واشتغلى الحاشية بمضلع مزخرف هكذا : السطر الاول : * اع – ام – (اع – ام) فى الغرزة التالية – ام – كررى من * للاخر .

السطر الثانى : * اع – ٢م معا – اع – ام – كررى من * للاخر . كررى هذين السطرين مسافة ٨ ٣/٤ سنتى .

انتقلى الى الابرتين نمرة ٧ . السطر التالى : اشتغليه ع وزودى فى كل غرزة خامسة (٩٦ غ) . السطر التالى : ع . انتقلى الى موديل السلة هكذا : السطر الاول : بوجه الشغل * ٣ع – ٣م – كررى من * للاخر . السطران الثانى والثالث : كالاول . السطر الرابع : ع . السطور ٥و٦و٧ : * ٣م – ٣ع – كررى من * للاخر . السطر الثامن : ع . وهذه السطور الثمانية تكون الموديل .

كرريها الى أن يصبح مقاس الظهر ٤١ ١/٤ سم . وبوجه الشغل استمرى حسب الموديل وكسمى حردتى الباط بان تنقصى ٦غ عند بداية السطرين التاليين ثم ٢ع معا عند كل من طرفى سطر بعد سطر الى أن يبقى ٨٠غ .

اشتغلى طوالى الى ان يصير مقاس الظهر ٦٠ سنتى ثم بوجه الشغل كسمى للكتفين بان تنقصى ١٤غ عند بداية كل من السطور الاربعة التالية . اقفـــــلى .

الامـــــام

اليسار : بالابرتين نمرة ٩ ابدئى ٤٤غ واشتغلى ٨ ٣/٤ سم مضلع مزخرف كما اشتغلت للظهر . انتقلى الى الابرتين نمرة ٧ . السطر التالى : بوجه الشغل ٤ع – * زودى فى الغرزة التالية – ٢ع – كررى من * سبع مرات – اشتغلى ال ١٦ غرزة الاخيرة بمضلع مزخرف . السطر التالى : اشتغلى ١٦غ مضلع مزخرف وع للاخر (٥٢غ) .

انتقلى الى موديل السلة كالظهر واحتفظى بـ ١٦غ اشتغليها مضلع مزخرف بطول حافة الامام الى ان يصبح الامام كمقاس الظهر عند حافة الجنـــــب .

بوجه الشغل كسمى لحردة الباط بان تنقصى ٦غ عند بداية السطر التالى ثم ٢ع معا عند هذه الحافة سطر بعد سطر الى أن يبقى ٤٤غ . اشتغلى طوالى الى أن يصير مقاس الامام كمقاس الظهر .

بوجه الشغل كسمى للكتف بان تنقصى ١٤غ عند بداية السطر التالى والسطر الذى يلى الذى يليه عند حردة الباط .

واتركى ال ١٦ غرزة لحافة الامام على ابرة اضافية .

اليمين : بالابرتين نمرة ٩ ابدئى ٤٤غ واشتغلى ٨ ٣/٤ سم بمضلع مزخرف هكذا : السطر الاول : * ام (اع – ام) فى الغرزة التالية – ام – اع – كررى من * للاخر . السطر التالى : * ام – اع – ٢م معا – اع كررى من * للاخر . انتهى كما انتهيت لليسار . واحتفظى بـ ١٦ غرزة للحافة عند بداية بدلا من نهاية الابرة واعكسى كل التكسيمات .

الاكمــــام

بالابرتين نمرة ٩ ابدئى ٣٦ غ واشتغلى ٧٫٥ سم بمضلع مزخرف انتقلى الى الابرتين نمرة ٧ واشتغلى سطرين ع وزودى الى ٤٢غ بان تشتغلى مرتين فى كل سادس غرزة فى السطر السادس .

انتقلى الى موديل السلة كما فعلت فى الظهر وزودى عند كل من طرفى السطر الخامس التالى وكل سطر رابع تال الى أن تشتغلى ٧٠غ . اشتغلى طوالى الى أن يصبح مقاس خياطة الكم ٤٧٫٥ سم أو يبلغ المقاس المطلـــــوب .

وبوجه الشغل كسمى للاعلى بان تنقصى ٦غ عند بداية السطرين التاليين ثم ٢ع معا عند كل من طرفى سطر بعد سطر الى أن يبقى ٣٨غ ثم عند كل من طرفى كل سطر الى أن يبقى ١٨ غ . اقفلى .

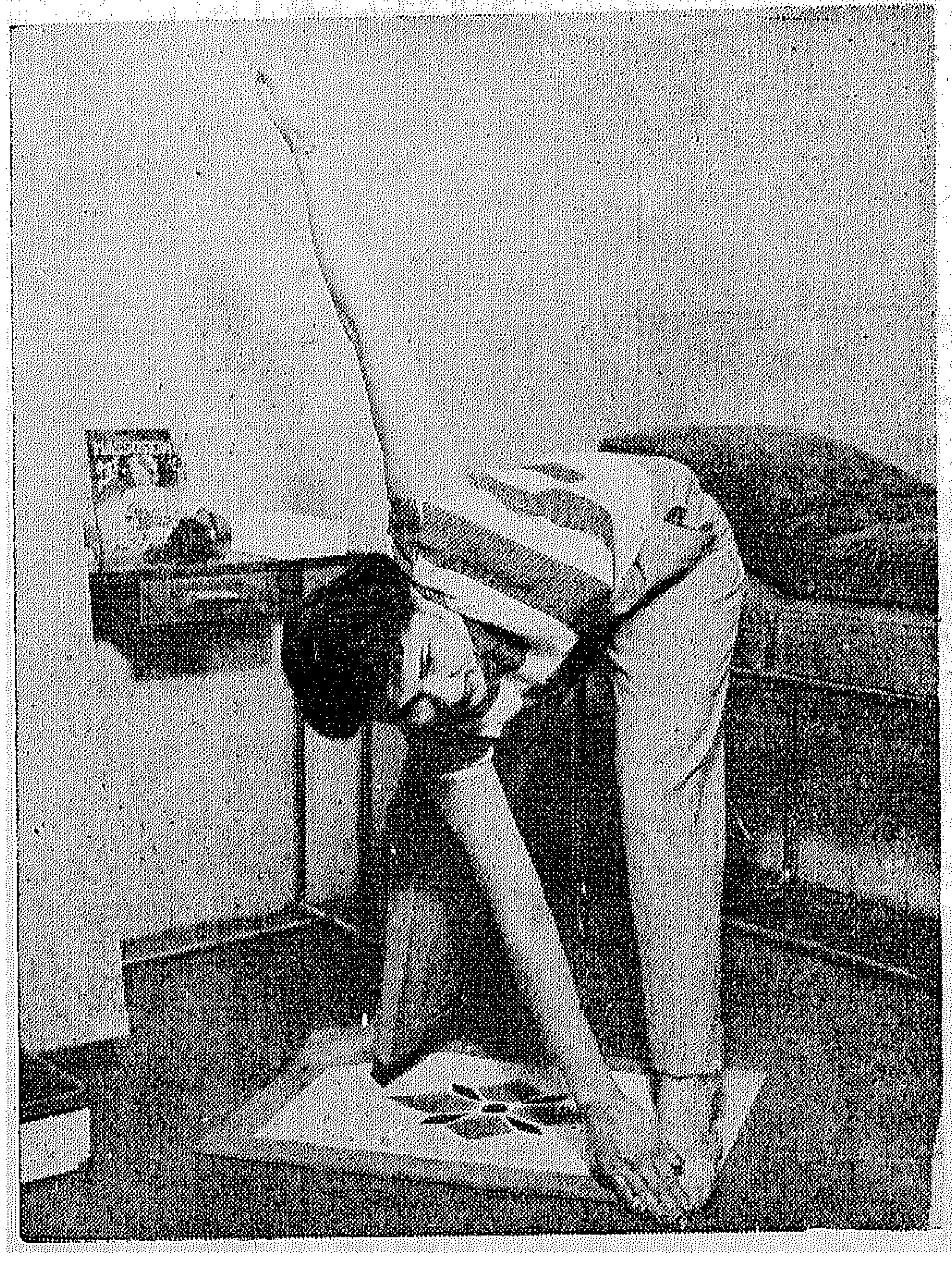
التركيـــــب

اكوى الشغل على الظهر تحت قطعة قماش مبللة . خيطى الجوانب والكتفين وركبى الكمام . اشتغلى طوالى بمضلع مزخرف على كل من غرز الحافة الامامية الستة عشرة الى أن يصل الشغل لوسط الرقبة من الخلف . اقفلى وخيطى . ركبى القفل الجرار واكوى جميع الخياطات .

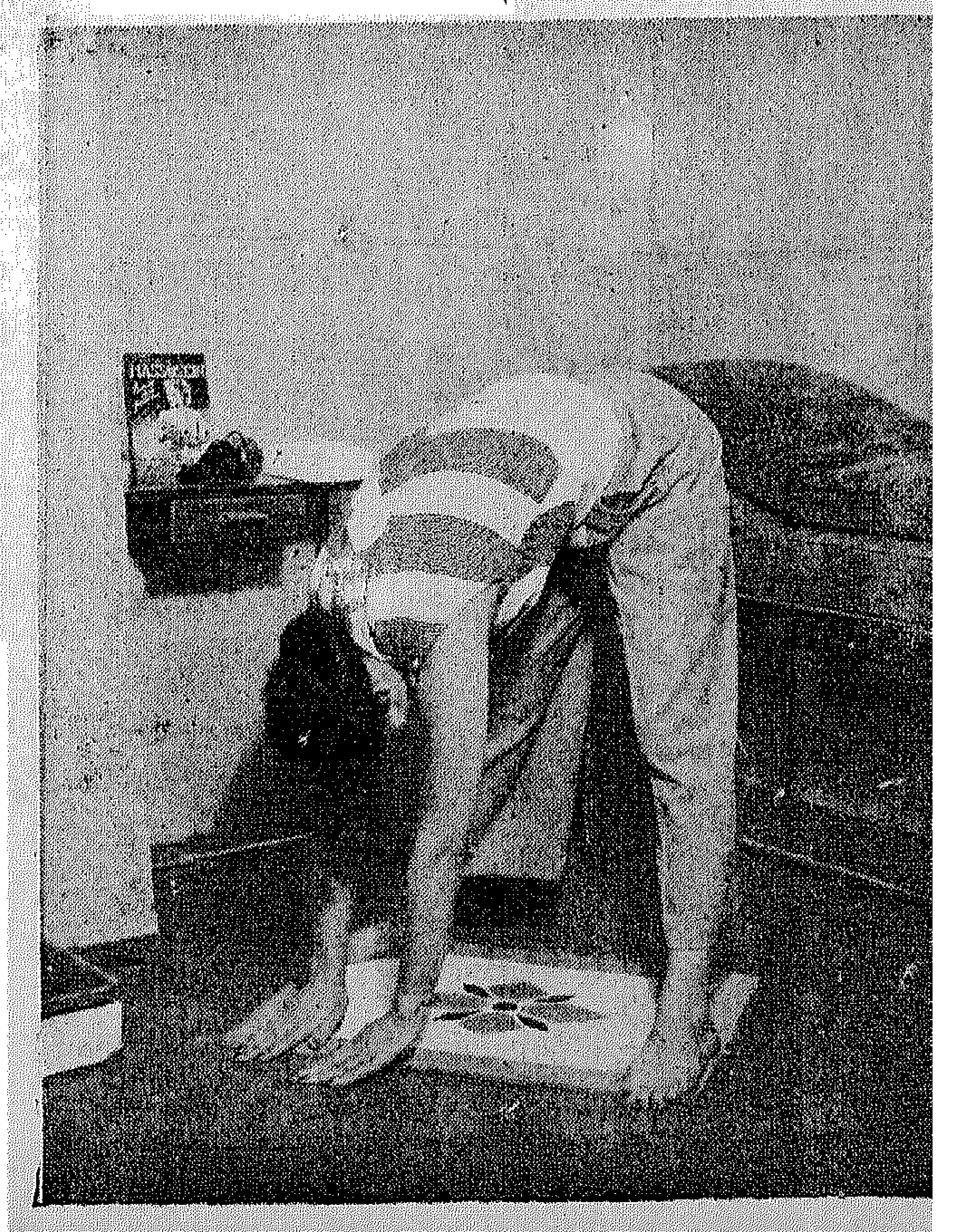
رياضتك الصباحية



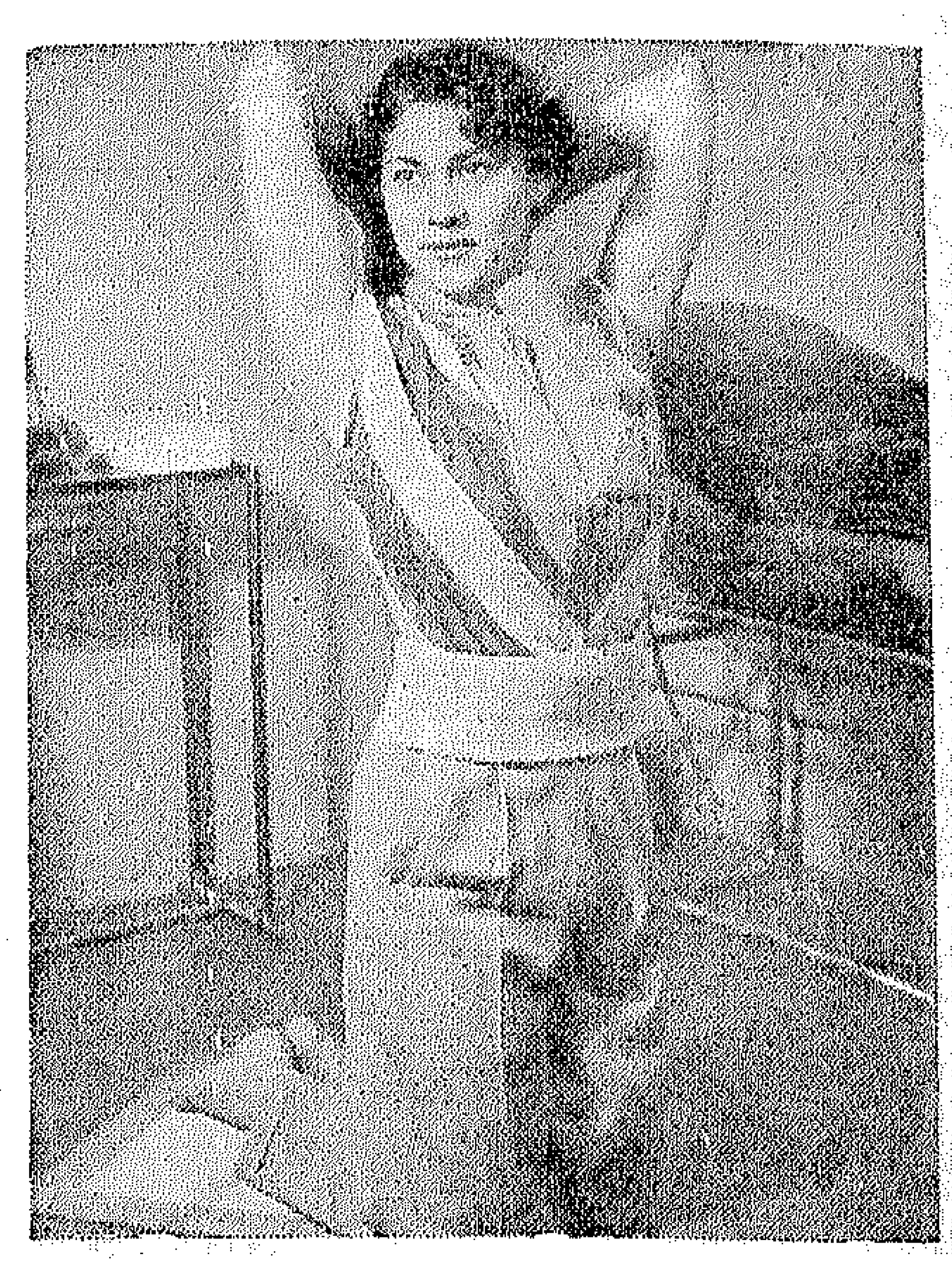
ضمي رجليك مع فتح المشطين ووضع اليدين فى الخصر انزلى بجذعك الى اسفل على مشطى الرجلين مع ابعاد الركبتين الى اقصى ما يمكن . عودى الى الوضع الاول - كررى هذا التمرين ثلاث مرات



قفى معتدلة مع فتح الساقين ومد الذراعين جانبا حذاء الكتفين ثم دورى بجذعك فقط ناحية اليمين وحاولى لمس الرجل اليمنى باليد اليسرى . عودى بعد ذلك الى وضع الاعتدال ثم كررى التمرين ناحية اليسار



قفى معتدلة مع فتح الساقين ورفع الذراعين رأسيا الى اعلا ثم اثنى الجذع بحيث تلمسين الارض باطراف الاصابع او براحة اليد ان امكن . كررى هذا التمرين خمس مرات

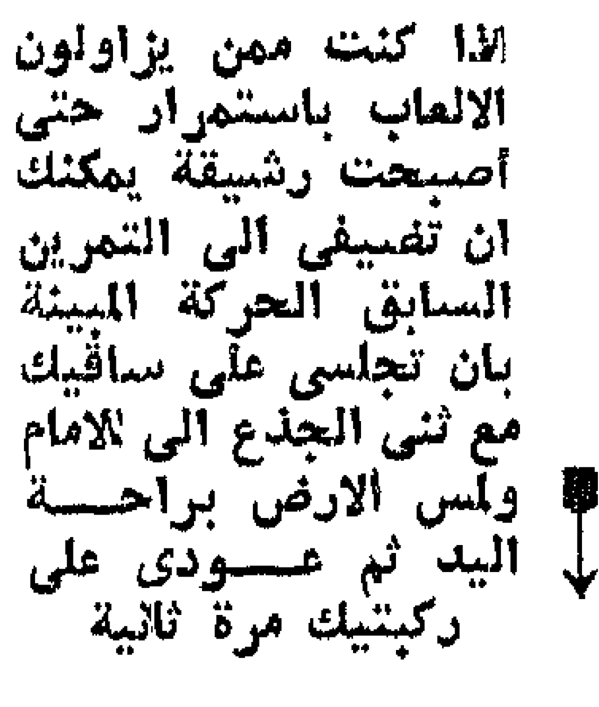


اركعي على ركبتيك وضعي يديك على رقبتك واحفظي جسمك معتدلا

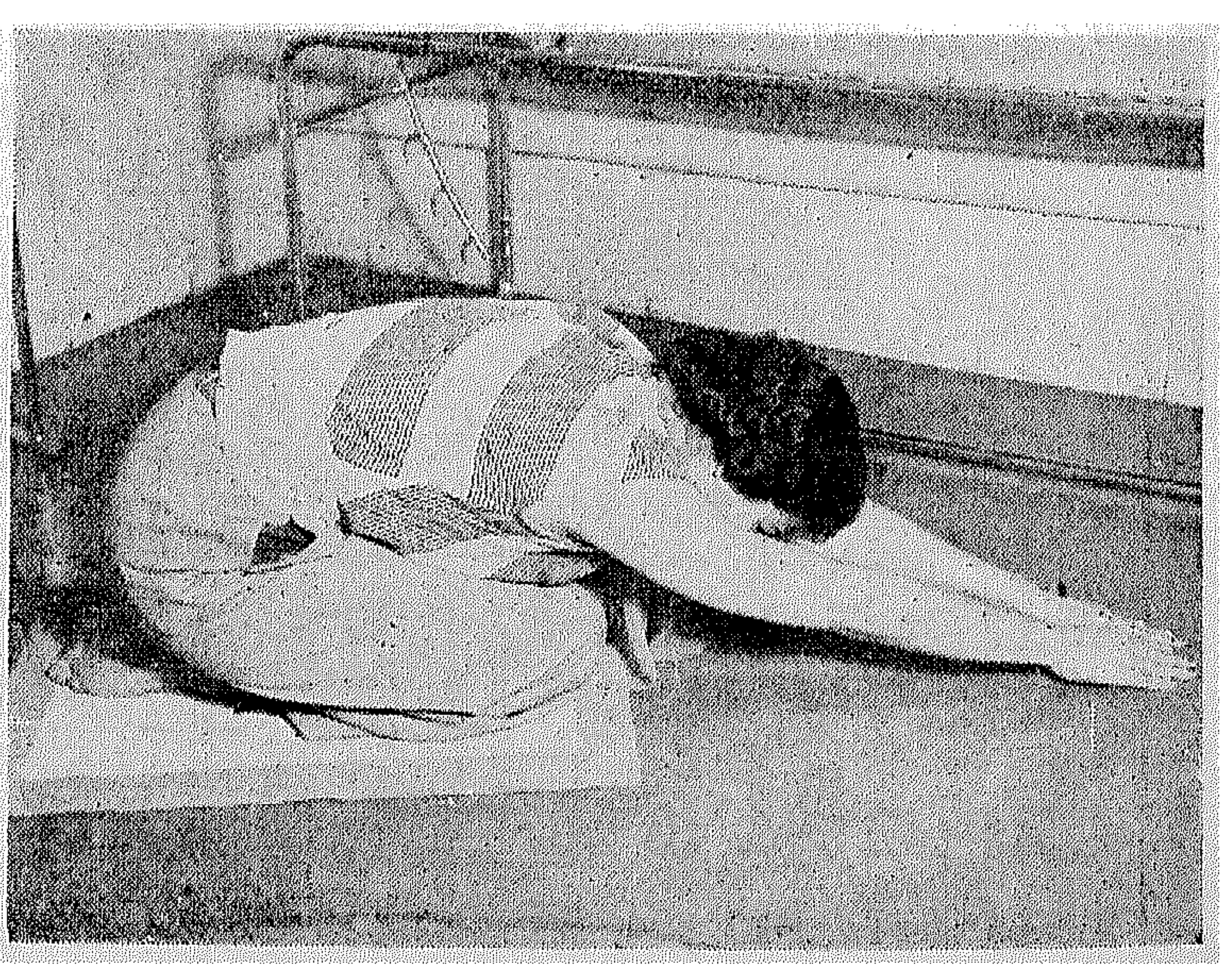
اجلسي على رجليك مع بقاء جذعك منتصبا مع فرد الذراعين رأسيا الى أعلى كررى هذا التمرين ثلاث مرات



قامت بهذه التمرينات الفنانة ثريا سالم فى معهد التجميل العلمى



اذا كنت ممن يزاولون الالعاب باستمرار حتى أصبحت رشيقة يمكنك ان تضيفي الى التمرين السابق الحركة المبينة بان تجلسى على ساقيك مع ثنى الجذع الى الامام ولمس الارض براحة اليد ثم عودى على ركبتيك مرة ثانية





للسيدة حكمت صبحى

صحن اليوم

الملوخية بالفول النابت
سلطة الفول النابت
برتقال

* * *

كعكة شم النسيم

المقادير :

١ أقة دقيق
ذرة ملح
ثلاثة أرباع رطل سمن
بيض مسلوق ملون بألوان مختلفة
ثلث أقة سكر سنترفيش
٢ كوب ماء دافىء
قطعة خميرة بحجم عين الجمل

الطريقة :

١ ــ أنخلى الدقيق والملح

٢ ــ اقدحى السمن ثم أضيفى اليه الدقيق وبسيه جيدا كما فى عمل كعك العيد

٣ ــ ادعكي الخميرة فى مقدار ملعقة شاى سكر سنترفيش حتى تسيل ثم أضيفى اليها قليلا من الماء الدافىء ثم أضيفى اليها قليلا من الماء الدافىء ثم أضيفيها الى الدقيق ٠

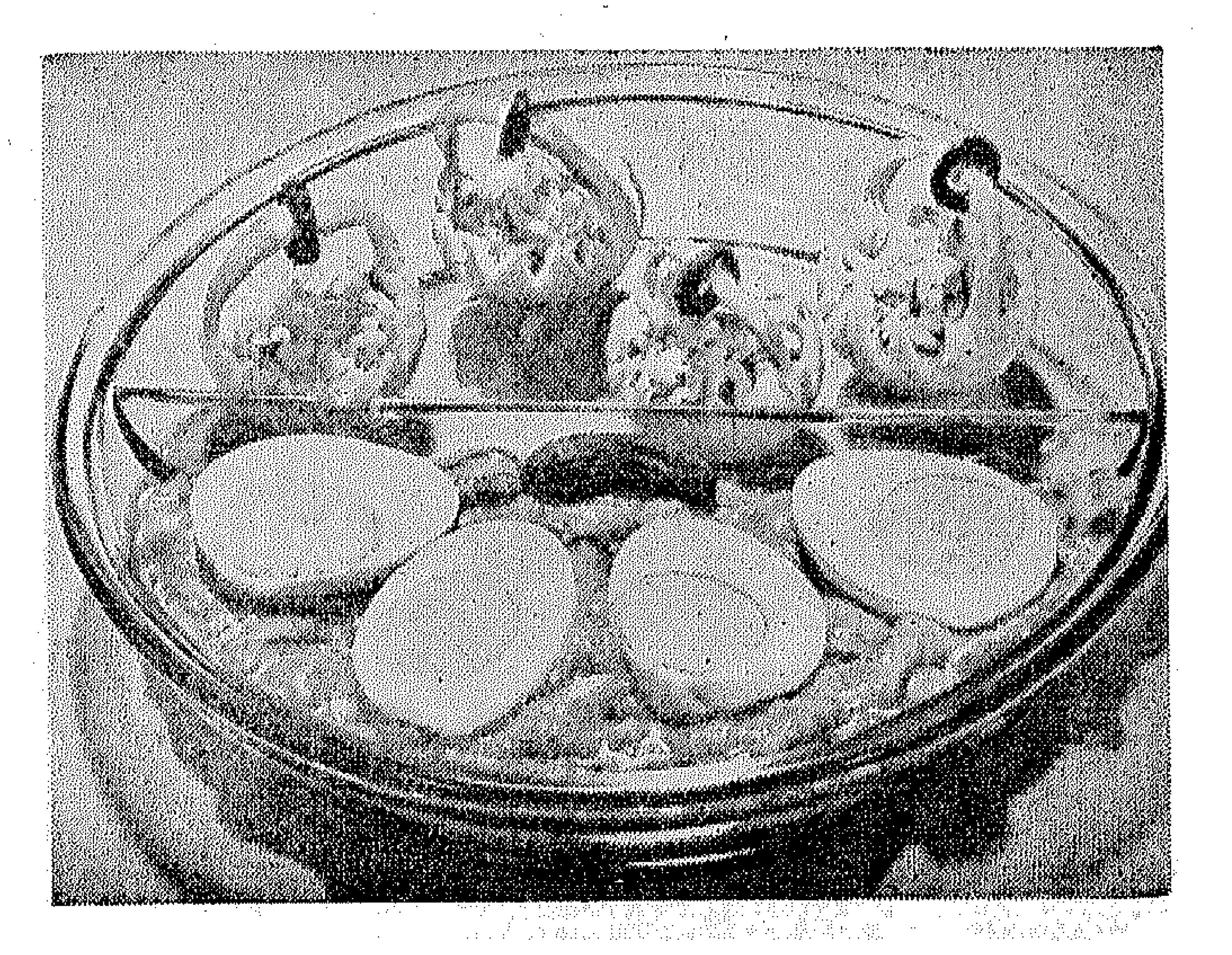
٤ ــ يذاب السكر فى باقى مقدار الماء الدافىء واعجنى به الدقيق حتى تتكون لديك عجينة لينة كعجينة كعك العيد مع ملاحظة اضافة قليل من الماء اذا احتاج الامر ٠

٥ ــ يترك العجين ليخمر لمدة ساعة تقريبا ثم تقطع ويبرم على شكل حبل سمكه ٢ سم تقريبا ٠

٦ ــ يلف الحبل على شكل عجلة مستديرة مع ترك فراغ بسيط فى الوسط

٧ ــ يرص فوق صاج مدهون بالزيت ويدهن سطحه بالبيض المخفوق ويوضع بوسط كل عجلة بيضة من البيض المسلوق الملون المستعمل فى شم النسيم ٠

٨ ــ يترك على الصاج حتى يخمر ويتضاعف حجمه ثم يخبز فى فرن ساخن حتى ينضج



البيض بالكشرى

المقادير :

٦ بيضات مسلوقة جيدا
١ كوب أرز
١ ونصف كوب عدس
٤ ملاعق سمن
ملح وفلفل
٢ ونصف كوب ماء

الطريقة :

١ ــ ينقى الارز ويغسل ثم يحمر تحميرا خفيفا فى السمن المقدوح مع ملاحظة عدم تغيير اللون ٠

٢ ــ أضيفى الماء وهدئى النار

٣ ــ عندما يتشرب الارز نصف مقدار الماء والملح أو أكثر تقريبا أى عندما يصل الى نصف مرحلة النضج اعملى حفرة فى وسط الارز وأضيفى اليها مقدار العدس بعد غسله جيدا ٠

٤ ــ هدئى النار كثيرا ويترك الكشرى على النار الهادئة حتى يتم نضجه

٥ ــ قشرى البيض بعد سلقه سلقا جامدا ثم شقى بيضتين منه شقا طوليا كما هو موضح بالرسم ٠

٦ ــ يعمل باقى عدد البيض على هيئة سبت مع نزع الصفار وملاحظة أن تكون يد السبت من نفس بياض البيض (ثابتة) وشرشرى حافة السبت بمقص كما هو موضح أمامك بالرسم ٠

٧ ــ يملأ كل سبت بيض بمقدار من الكشرى

٨ ــ عند التقديم يملأ صحن بللورى مسطح بالكشرى ثم رصى فوقه البيض بشكل لطيف كما هو موضح أمامك بالرسم ٠

الملوخية بالفول النابت

يستعمل فى هذا الصنف مرق الفول النابت فى عمل الملوخية بدلا من بهريز اللحم والملوخية بالفول النابت طعمها لذيذ لا يقل حلاوة عن الملوخية المصنوعة على بهريز اللحم وهى بجانب ذلك اقتصادية : واستعملى الفول النابت بعد أخذ مرقته فى عمل السلطة ٠

المقادير :

ربع قدح فول نابت — بهارات
١ رطل ملوخية — فلفل اسود
ثوم — ٢ ملعقتان سمن
كزبرة جافة — ملح

الطريقــة :

١ ــ اغسلى الفول النابت وقشريه ويوضع عليه الماء ويرفع على النار ويترك ليغلى حتى ينضج وتحصلى على بهريز جيد من الفول ثم انزعى الفول من المرق ٠

٢ ــ اغسلى الملوخيةوقطفيها وأتركيها حتى تجف من الماء وتخرط كالمعتاد ٠

٣ ــ ضعى مرق الفول النابت على النار يغلى وأضيفى الملح وأضبطى الطعم ثم أضيفى الملوخية مع التقليب المستمر حتى تحصلى على السمك اللازم للملوخية كالمعتـــاد وتترك على النار حتى تبدأ فقط فى الغليان وتنزع من على النار فورا

٤ ــ قشرى الثوم ويدق فى الهاون مع الكزبرة الجافة المدقوقة والفلفل الاسود المدقوق وقليل من البهار ٠

٥ ــ يقدح السمن وتحمر فيه الثوم والكزبرة ثم تضاف فورا وهى ساخنة الى الملوخية كالمعتاد وتقدم للاكل فورا وهى ساخنة ٠

سلطة الفول النابت

١ ــ استعملى الفول النابت السابق سلقه

٢ ــ ضعى ملعقتين زيت ، مع ملعقة عصير ليمون أو خل وملح وفلفل واضبطى الطعم وقلبيها جيدا ويرش فــوق الفول النابت المسلوق

٣ ــ زخرفى السطح بقليل من المقدونس المفروم ٠

شو الاكريم بالشربات

المقادير :

كوب ماء	٢ ملعقتين سمن
كوب دقيق	زيت للتحمير
٤ بيضات	قليل من الفانيليا

للشربات :

نصف كوب ماء

١ ملعقة شاى عصير ليمون   قليل من الفانيليا

الطريقة :

١ ـ ضعى السمن فى كزرولة وارفعيها على النار حتى يتحلل ثم أضيفى اليه الماء وأتركيه حتى يغلى

٢ ـ ارفعى الاناء من على النار ثم أضيفى اليه الدقيق مع التقليب جيدا حتى يمتزج الجميع ٠

٣ ـ أعيدى الكزرولة الى النار الهادئة لمدة ٥ دقائق وقلبى الخليط بملعقة من الخشب حتى يتماسك ويكون كرة متماسكة ٠

٤ ـ ارفعى الاناء من على النار وأتركيه حتى يبرد فى مكان هادىء

٥ ـ اضربى البيض جيدا وأضيفى اليه الفانيليا مع التقليب حتى تمتزج به

٦ ـ أضيفى البيض قليلا قليلا الى الخليط السابق مع الضرب بقوة حتى تتكون لديك عجينة لينة ٠

٧ ـ ضعى حلة وبها مقدار من الزيت فوق النار ثم خذى قطعة من العجينة السابقة بحجم البندقة على طرف ملعقة شاى وضعيه فى الزيت المقدوح كما فى لقمة القاضى

٨ ـ أعيدى العملية السابقة حتى تمتلىء الطاسة بالوحدات الصغيرة مع ملاحظة دهن الملعقة بالزيت أو السمن حتى لا تلتصق بها العجينة أثناء التقطيع ويقلب فى الزيت حتى يحمر ثم ينشل فى مصفاة للتخلص من الزيت ثم توضع هذه الوحدات وهى ساخنة فى الشراب البارد ويعمل بالطريقة الاتية :

١ ـ ضعى السكر والماء فى كزرولة وارفعيها على النار مع التقليب حتى يذوب السكر وأتركيه يغلى لمدة ٥ دقائق

٢ ـ أضيفى اليه عصير الليمون وأتركيه يغلى غلوتين ثم أرفعيه من على النار وأضيفى اليه الفانيليا

٣ ـ أتركيه حتى يبرد ثم يستعمل ٠

٩ ـ تنشل الوحدات من الشراب وتوضع فى مصفاة للتخلص من الشراب ثم ترص فى طبق بللورى على شكل هرمى ويرش فوقها قليل من البندق المفروم ٠ أو جوز الهند



طعامك فى مارس

الثلاثاء أول ابريل
قلقاس بالخضرة ، أرز بصلصة الطماطم ، مخلل فاكهة

الاربعاء ٢ أبريل
مسقعة باذنجان بدون لحم ، مكرونة ، سلطة خضار ، فاكهة

الخميس ٣ أبريل
فاصوليا جافة مكمورة ، أرز مفلفل ، سلطة خس، فاكهة

الجمعة ٤ أبريل
كشك، دمعة، أرز مفلفل سلطة طماطم ، فاكهة

السبت ٥ أبريل
ملوخية الفول النابت ، سلطة فول نابت ، أرز مفلفل بالشعرية ، فاكهة

الاحد ٦ ابريل
صنية بطاطس باللحم ، أرز مفلفل، سلطةخضار فاكهة

الاثنين ٧ أبريل
كفتة الطعمية ، سلطة طحينة ، فاكهة

الثلاثاء ٨ أبريل
كوسة مكمورة ، أرز مفلفل، مخلل، فاكهة

الاربعاء ٩ أبريل
صينية الباذنجان باللحم فى الفرن ، مكرونة ، سلطة زبادى ، فاكهة

الخمس ١٠ أبريل
خرشوف بالتربية ، أرز بالطماطم ، سلطة خضر، فاكهة

الجمعة ١١ أبريل
فاصوليا خضراء مكمورة أرز مفلفل ، مخلل ، فاكهة

السبت ١٢ أبريل
فول مدمس بالتقلية ، سلطة خضار ، فاكهة

الاحد ١٣ أبريل
ترلى ، مكرونة ، سلطة خضار ، فاكهة

الاثنين ١٤ أبريل
بيض بالكشرى ، ملوخية خضراء ، بطة محمرة ، سلطة بنجر، فاكهة
شم النسيم الاثنين ٢١

الثلاثاء ١٥ أبريل
باذنجان مقلى ، باذنجان بصلصة الخل والثوم ، سلطة زبادى ، فاكهة



السبت ١٤ نوفمبر ١٩٥١

اليوم وبعدما وصلت الى قصر النيل فى طريقى الى عملى شعرت بحنين طارىء مفاجىء اليها ٠٠ شعرت بأنه لا بد لى من أن أراها بعد هذه الغيبة الطويلة أو العزلة غير الطبيعية التى فرضتها علينا الظروف ، أنا وهى ٠٠

وبالفعل توجهت الى حيث أستطيع أن أراها ٠٠ ورأيتها من بعيد ٠٠ وشعرت بأن مهمتى انتهت ، فقد جئت لاراها ورأيتها ٠٠ فماذا أصنع بعد ذلك ؟ لا شىء ٠٠

وراقبتها وأنا أبتعد قسرا عنى وأحسست كأن شبابى يبتعد معى ، وشعرت بالدموع تحرق حدقتى ٠٠ وأنا أراها ولا أجسر على الدنو منها أو التحدث اليها ٠٠ ولا شك اننى عانيت وتعذبت فى هذه اللحظات بما فيه الكفاية ٠٠ غير ان حافزا غامضا كان يهيب بى من أعماق قلبى أن أستزيد من هذا العناء وهذا العذاب ٠

فرجعت ثانية وانزويت فى أحد أركان بناء شاهق يطل على العمارة التى كانت تقف فى أحد شرفاتها ٠ ولم تمض لحظات حتى رأيتها تشق طريقها فى الشارع وتمشى بخفتها المعهودة ورشاقتها الاليفة مع بعض أقاربها ٠

وكانت الشمس قد لفحت وجهها فزادته فتنة ٠ أما شعرها فمازال كالعهد به ٠٠ وها أنذا فى غرفتى وحيدا ٠٠ ان الذكريات تثقل رأسى ٠٠ ولا أجد أحدا أسكب همومى ومتاعبى فى أذنيه ٠٠ ولهذا أمسكت بالقلم ولجأت الى مذكراتى ٠٠٠ ان قلبى مثقل بأكثر مما يستطيع حمله ٠ ما أجمل الايام التى قضيناها فى الجامعة ٠٠ سوف أذكرها مدى الحياة وأذكر بصفة خاصة كيف كنا سعداء وكل الزملاء والزميلات لا يشعرون بهذه السعادة ٠

ألا لعنة الله على التقاليد البالية ٠٠٠ والا لعنته مئات المرات ، بل وآلاف المرات عليها ٠٠٠ لماذا نشأت صعيدية؟ ولماذا أوقعنى قلبي فى تلك الصعيدية ؟

لقد خيل الى ان كل شىء سوف يتم فى وقته ٠٠ انها تعلم رغبتى فى الزواج منها بل ولقد صارحتها بذلك ٠٠ ولم تعترض ٠٠٠

هل من العدل أيها الناس ان تولد فتاة فتوهب بواسطة أهلها الى شخص كل صلتها به انه من العائلة ٠٠ من العائلة الصعيدية العريقة

أهذا كلام يقال وينفذ فى القرن العشرين ٠٠ ولكن ولكن قد يقول قائل ولماذا لم تعترض وقد بلغت أعلى مراحل الثقافة والتعليم ؟

ولكن أعود فأقول وماذا كان فى وسعها أن تفعل ؟ انها وحيدة ٠٠ انها يتيمة الاب ٠٠ ان العائلة ـ وما أدراك ما العائلة اذا كانت صعيدية ـ تسيطر على مصائرها ومصائر مثيلاتها فى مجتمعنا هذا ٠٠

* * *

بدأت قصتنا منذ أن دخلنا الجامعة ٠ وكان قلبى متفتحا للحياة ٠ وكنت أشعر شعور كل شاب ابتدأ فى مرحلة تعليمه النهائية وبدأ ينسج الخيوط الاخيرة التى تعجل باستقراره فى المجتمع وأعتقد أنها هى الاخرى كانت تشعر بنفس الشعور

كانت جميلة فى هدوء ٠ ورزينة من غير تكلف ٠ وابتدأت صداقتنا فى جو علمى راق ٠ فكنا نتعاون على كتابة البحوث التى يكلفنا بها الاساتذة ٠ وابتدأ الانسجام يدب بدبيبه اللطيف بيننا ٠ وكانت لغة العيون هى لغتنا ٠ والخلاصة أصبح قلبانا فى تآلف تام وارتباط عجيب ٠

ودامت الصلة العلمية القلبية طوال الاربع سنوات التى أمضيناها فى الجامعة ٠

وكانت كل سنة منها تمر كالحلم اللذيذ .

ولم أصارحها برغبتى فى الارتباط بها الا همسا وتلميحا وبحذر شديد . لكنها فهمت فقد كان ذكاؤها مشهورا . وعرفت ذلك من ردها ..

وكثيرا ما كانت تذكر لى ضيقها ونفورها من ذلك الجو التقليدى الصارم الذى يحيط بها فى المنزل . وكثيرا ما قالت لى أن والدتها هى ملجأها الوحيد الذى تفزع اليه كلما فاض بها الضيق والالم .

ثم تخرجنا وذهبت أيامنا التى لن تعود . وقبعت هى فى منزلها . وأصبحت كالمحجور عليها لا ترى النور الا من النافذة أو مع ذلك الجيش العرمرم من أصحاب القلوب الصلده التى تأصل فيها عفن التقاليد البالية .

* * *

ومن وقت لآخر كان حنينى اليها يفيض .. فكنت أحاول كبته بمختلف الطرق كنت أحاول الانغماس لدرجة الارهاق فى عملى . وكلما وجدت عندى فسحة من الوقت كنت أشغل نفسى بالقراءة والاطلاع أو المرور على جماعة الاصدقاء .

ولكن هيهات فان النور الذى حل بقلبى طوال الاربع أعوام المنصرمة لم يكن من السهل اطفائه . وكانت معلومات عائلتى التى عرفت بقصة حبى قد أوصلتنى الى قصة خطوبتها لذلك القريب الصعيدى ...

* * *

وأخيرا استطعت أن أتصل بها عن طريق قريب لها ألقت به المقادير فى طريقى . ولحسن الحظ وجدت روحه شابة لم تفسدها (التقاليد) واستطعت أن أقنعه بعمق حبى وصراحة مطلبى . واستطعت أن أفوز منه بالرضاء والوعد بالسعى لديها لمعرفة رأيها .

وكانت خطوتى الاولى أن حملته رسالة اليها ...

وكانت رسالتى الاولى والاخيرة وفيها سكبت كل ما يعتمل فى قلبى من انفعالات وكل ما يجول بعقلى من أفكار .

وانتظرت الرد .. ولم يطل بى الانتظار لحسن الحظ فقد أتى سريعا يحمل نفس المشاعر والالام والحيرة والقلق .

وتشجعت وعزمت على الاقدام .. واقتنعت والدتى بخطتى .. ونهضت أنا وهى ذات يوم وشددنا الرحال الى منزلها .. وقابلنا والدتها وتباحثنا فى موضوع الزواج جديا ... وكان من نصيبنا بعض كلمات الاسف والاعتذار أو قل الفشل والاندحار ..

* * *

أما هى فقد تشجعت أيضا أو قل تمردت . وأفادتنى هذه الشجاعة . فقد تكهرب الجو فى العائلة . وهاجت التقاليد وماجت . وكان أن انضمت الام الى صف وحيدتها وانتهزت هذه الفرصة واتفقت معها عن طريق قريبها الصديق على التقدم مرة أخرى وأقنعت والدتى بصعوبة بالتقدم مرة ثانية ..

وأقدمت ، وصارحت والدتها وتمت الموافقة ، وغمرت السعادة قلبانا رغم أنف التقاليد . وبعد ان فشلت محاولات التهديد والوعيد .

وهاأنذا الان فى انتظار اليوم السعيد الذى يتم فيه الزفاف ويلتئم فيه الشمل .

ألا تبا للتقاليد وأنصار التقاليد ...

السيد عبد العزيز خميس

مصلحة البلديات

تقبل العطاءات بمصلحة البلديات (بوستة قصر الدوبارة) لغاية ظهر يوم ٣ مايو ١٩٥٢ عن عملية توريد هراس ١٠ طن يدار بماكينة ديزل ويمكن زيادته الى ١٢ طن لبلدية السويس . وتطلب الشروط والمواصفات من المصلحة على ورقة تمغة فئة الخمسين مليما مقابل دفع مبلغ جنيه خلاف اجرة البريد وكل عطاء غير مصحوب بتأمين ابتدائى قدره ٢٪ لا يلتفت اليه .
(١١١٦)

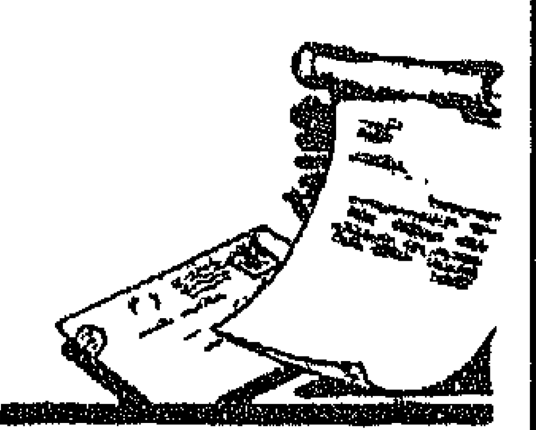
تصدير الجلود المدبوغة والمصنوعات الجلدية

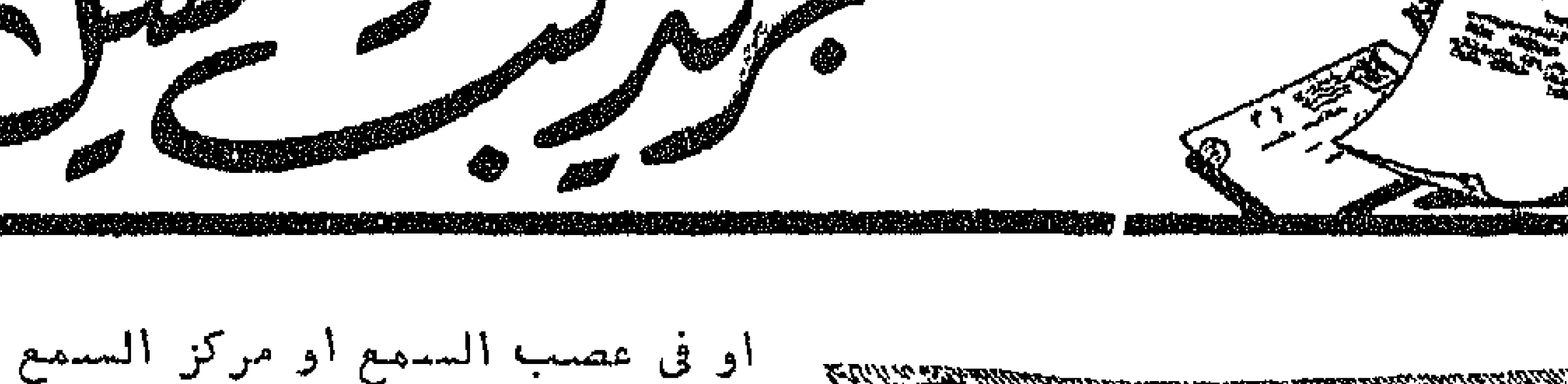
تعلن المراقبة العامة للتصدير انه تقرر الترخيص بتصدير الدفعة الاولى من حصة الجلود المدبوغة (جلد الوجه وجلد النعل) بعملة البلد المصدر اليها على ان تكون قاصرة على المدابغ حسب كشف توزيع وزارة التجارة والصناعة . كما تقرر تخصيص حصة من هذه الجلود يسمح بشحنها الى السودان عن طريق مصلحة الجمارك . مع العلم بان المراقبة على استعداد للنظر فى طلبات الترخيص بتصدير هذه الجلود بالدولار الامريكى او الفرنك السويسرى الحر وذلك علاوة على هذه الحصة بشرط التقدم بالمستندات الدالة على جدية الارتباط وما يثبت فتح الاعتماد بالقيمة . كما تقرر السماح بتصدير حصة من جلد الشوابق واباحة تصدير جميع المصنوعات الجلدية والاحذية الجلدية والكاوتشوك بعملة البلد المصدر اليها وذلك عن طريق مصلحة الجمارك مباشرة
(١١٣١)

اعلان

تعلن كلية طب قصر العينى ـ جامعة فؤاد الاول ـ عن وجود وظيفة لمعيد اكلينيكى خالية بقسم الامراض الصدرية بها ويشترط فيمن يتقدم لها الشروط الاتية : ان يكون حاصلا على درجة بكالوريوس الطب والجراحة بدرجة جيد على الاقل . ان يكون قدامضى سنة الامتياز ثم سنتين طبيبا مقيما بالمستشفيات الجامعية . ان يكون قد اشر له على بطاقات اعماله فى هاتين الوظيفتين باعلى الدرجات . ومن يقع عليه الاختيار يعين فى وظيفة معيد ب بعقدلمدة سنة يفصل فى اخرها اذا لم ينل درجة دكتوراه فى الامراض الباطنية (فرع الامراض الصدرية) ولا يكسب شغل هذه الوظيفة اى حق فى الالتحاق بهيئة التدريس قبل او بعد الحصول على درجة الدكتوراه وتقدم الطلبات باسم سعادة عميد الكلية فى ميعاد غايته عشرة ايام من تاريخ النشر ويوضع بالطلب تاريخ حياة الطالب العلمية وينص فيه على قبوله شروط الاعلان . (١١٢٨)







نصف مليم فقط !!

استفسرت احدى القارئات عما اذا كانت ماكينات الخياطة زونداب تستهلك حقا ما قيمته مليمان فقط من الكهرباء فى المدة التى يتم فيها خياطة الفستان . فرجعنا الى مكتب الشرق وهو الوكيل المختص باستيراد هذه الماكينات ولشدة دهشتنا علمنا ان الماكينة تستهلاك كمية من الكهرباء فى المدة التى يتم فيها خياطة الفستان بما قيمته نصف مليم فقط .. وكان هذا بعد ان جربت الماكينة امامنا .



الحزينة بالفيوم :

يقول الدكتور حلمى محسن اخصائى الامراض التناسلية ان مرضك اما ان يكون مرضا وراثيا او مكتسبا وعلى كل حال فعلاجه ميسور الان بالبنسلين عند اخصائى الامراض التناسلية

المحزونة اليائسة ى.ك :

يقول الدكتور حلمى محسن ان الحالة هى قصر عظام الاطراف ولابد من الكشف عند اخصائى امراض العظام . وينصحك بعرض نفسك على اخصائى الغدد مع تجنبك تركيز تفكيرك فى هذه البقع فالاعصاب لها تأثير كبير على بقع البشرة . اما لعلاج بثور الوجه فيجب تنظيم رجيم الاكل والامتناع ما امكن عن اكل الدهنيات والنشويات والاكثار من اكل الخضروات الطازجة والفواكه واستعمال صابون الكبريت ومحلول الكالامينا او مرهم السكامبل او بالاشعة الباردة . ولتقوية شعرك استعملى لوسيون توتوسكالين وذلك بتدليك جلد الرأس والشعر كل ليلة لمدة ثلاثة اشهر على الاقل مع استعمال زيت الخروع ليلين شعرك

الحزينة جدا حرم ل.س المحامى بشبرا :

يقول الدكتور ابراهيم احمد ابراهيم اخصائى الانف والاذن ان حالة الوش بالاذن اما ان تكون نتيجة مرض عضوى بالاذن نفسها او فى عصب السمع او مركز السمع بالمخ او ان تكون نتيجة مرض بالجسم خارج عن منطقة السمع ولكنه يسبب هذا الوش . كذلك قد يكون مصدر الوش حالة نفسية معينة . ومن السابق يتبين انه لابد من فحصك بدقة بواسطة اخصائى وقد يدعو الامر لعرضك على اخصائيين فى امراض اخرى اذا كان الجهاز السمعي ليس منشأ الوش . وعلى كل حال يجب ان تطمئنى من ناحية ان الوش لا يؤذى السمع غالبا

القارئة م.م.و. جردن سيتى :

يقول الدكتور ابراهيم احمد ابراهيم انك لم تذكرى فى رسالتك اى نوع من عمليات الجيوب الانفية اجرى لك . وبما ان الطبيب قد نصح لك باجراء العملية مرة اخرى فيحتمل ان تكون هذه العملية لعلاج اعراض مرضك : كبذل للجيوب وغسيلها كما ان الكى يفيد فى حالة وجود لحمية بالانف تعترض فتحات الجيوب . ونصيحتى لك هى ان تعرضى نفسك ثانية على اخصائى ليصف لك العلاج المناسب

انسة ك من بنغازى — ليبيا :

يقول الدكتور حلمى محسن اخصائى الامراض الجلدية : يجب تنظيم رجيم الاكل والامتناع عن اكل الدهنيات والاقلال من النشويات والاكثار من الخضروات الطازجة والفواكه واستعمال صابون الكبريت او مرهم اسكاميل ولا مانع من اخذ حمام الرده مع حقن فيتامين ب المركب

الانسة ف.ق صديقة بنت النيل :

يقول الدكتور حلمى محسن ان الكوكاكولا وما شاكلها سوائل على العموم وينصحك بمزاولة التمرينات الرياضية التى تجدينها فى بنت النيل فى عدد فبراير وخاصة التمرين الاول والثانى والسادس والاقلال من اكل الدهنيات والنشويات والاكثار من الخضروات الطازجة والفواكه ويجب تحليل الدم خوفا من وجود انيميا (فقر دم)

ا.ح شارع التنويج اسكندرية :

يقول الدكتور محسن حلمى اخصائى الامراض التناسلية ان السبب قد يكون مضاعفات الحمل او التعرض لامراض تضعف الجسم ويجب عليك ان تحللى الدم للوسرمان فان كان ايجابيا فالعلاج معروف عند اخصائى امراض تناسلية وان كان الدم سلبيا فاعرضى نفسك على اخصائى امراض نساء

السيدة و.س :

يقول الدكتور محمد شوقى عبد المنعم ان عندك التهاب فى المبيضين والبوقيين فلا تهملى علاجها وهو ينصحك بعرض زوجك على اخصائى فربما كان الالتهاب عندكما سويا فلا يشفى احدكما الا اذا شفى الاخر — اما عن علاج الطبيب المشهور جدا — فلا يمكننا الحكم عليه دون ان نطلع عليه

الانسة س.ا :

يقرر الدكتور محمد شوقى عبد المنعم انه يغلب ان حالة الطمث ناتجة من اختلال فى افرازات المبيضين — وتعالج باخذ اقراص خلاصة المبيض ٦ قمحات يوميا لمدة عشرة ايام وراحة عشرة ايام لمدة ٣ شهور واما عن الدمل فى خدك فاعرضيه على اخصائى فى الامراض الجلدية فيكفى انه استمر معك ثلاث سنوات وهو فى امتداد

حائرة ا.ن. — اسيوط :

ينصحك الدكتور محمد شوقى عبد المنعم بتحليل دمك ودم زوجك لتفاعل وازرمان — وبمعرفة هل فى بولك زلال او سكر مع وضع علاج اخصائى ومعك هذه التحاليل حتى يستطيع مساعدتك فى مشكلتك



قارئة س. القاهرة :

تزال البقعة بماء الاوكسجين بالدعك مع الاستعانة بقطعة قماش اتركى الفستان يجف بعد ذلك فى الشمس

قارئة ببيسه — الزقازيق :

قطعى البرتقال شرائح رفيعة كعيدان الكبريت وبعد سلق هذه الشرائح فى الماء توضع فى المصفاه للتخلص من الماء وتبقى الشرائح محتفظة بشكلها . كيف اتاك الشك فى هذه النقطة وانا لم اذكر لك ان تدهكيه فى المصفاه ؟؟

انسة ن. شرنوبى — بلطيم :

دقيق الكورن فلور دقيق جاهز يباع فى علب فى محلات البقالة الكبيرة ويشبه فى شكله النشاء المسحوق

محاسن مصطفى احمد بالاسماعيلية:

الكريمة اللبانى تشترى من محال الالبان الكبيرة ولكى تحوليها الى كريم شانتيه تضرب بالشوكة او المضرب حتى تتماسك ويغلظ قوامها وتحلى بالسكر ولو كنت بالقاهرة لامكنك شراؤها جاهرة من محلات الحلوى الكبيرة

فاطمة سرور ـ الزمالك :

ما دمت قد جربت عمل مربى الجزر ونجحت معك مرات عديدة فسر عدم نجاحها معك فى المرة الاخيرة يرجع الى عدم تركها المدة الكافية على النار لتأخذ مرحلة العقد الصحيح . ويمكنك اصلاحها الان باعادتها على النار مع ملعقة كبيرة من عصير الليمون وتركها على نار هادئة حتى تغل كمية الماء وتتماسك

س.ن.ع سراى القبة :

لا انصحك بشراء كورسيه ولكننى عرضت مشكلتك على احد الاطباء الاخصائيين فقال انه يلزمك ان تعرضى نفسك على اخصائى فى الغدد فالسبب غالبا هو عدم انتظام افرازات الغدد الصماء

بريد المشاكل

الدكتور س.ك ـ بولاق :

احسن وسيلة يا سيدى هى ان تتصل هذه السيدة الخيرة بمحام يتولى هو الاخر الاتصال باحد الملاجىء مع اخطار قسم البوليس الذى يتبعه هذا الملجأ للسير فى الاجراءات الخاصة بالتبنى حسب شروط الملجأ

الحائرة أ.م.د. برمل الاسكندرية :

يا عزيزتى كونى عملية عاقلة وابحثى فى اعماق نفسك عن سبب وجيه لهذه الكراهية التى تذكرينها فان وجدت اسبابا معقولة فافسخى خطبتك بكل الطرق . اما بخصوص ابن عمك الذى يصغرك فارجو منك ان تدعيه وشأنه فاعتقد ان المسألة لا تعدو اللهو واللعب . وانى انصحك على أى حال بالصبر والانتظار حتى يرزقك الله بابن الحلال

الانسة فاطمة السيد ـ ابو حماد شرقية :

اذهبى يا انستى الى مكتبة فى ابى حماد او فى الزقازيق وابحثى عن الكتب السهلة الخفيفة الصغيرة الحجم تجدى منها مجموعات كبيرة

اما عضوية هيئة بنت النيل فمرحبا بك

المعذبة الحائرة :

تعترفين فى خطابك انه يحبك حبا حقيقيا وانه من اشد الناس اخلاصا لك وفى نفس الوقت تقررين ان شعورك قد تغير نحوه بعد ان تحولت من حال الى حال وانا شخصيا اعتقد انك لا زلت تنظرين اليه نظرتك الى شخص اصغر منك بمعنى انك اعتنقت نظرة اهلك اليه حينما تقدم اليك اول مرة . حاولى ان تقربى اليه وجربى ان تزيلى رواسب الماضى من ذهنك . واظنك ستحبينه فمثله جدير بالحب

القارئة م.ج ـ بالقاهرة :

ارجو منك ارسال عنوانك واضحا بالكامل كيما ارسل لك خطابا خاصا

الحزينة الحائرة س :

اشكر الله كثيرا على نوبة التفاؤل التى عادت اليك ثانية واكرر له الشكر على عودة الايمان بالحياة الى نفسك . فليس فى الوجود احلى من الامل يا انستى انى اطلب منك ان تغيرى امضاءك غيرى كلمتى «الحزينة الحائرة» وابدئى عهدا جديدا كما قلت لك .. وانى لفى عجب من استفهامك عن حادثة عرضية تافهة من شخص ثبت لك انه غير اهل لك .. وعلى كل حال فسارد على استفهامك بسبب واحد هو اراحة بالك .. ان كثيرا من الشباب فضوليون وصاحبنا من هذا النوع .. وليس هذا بالغريب منه خصوصا وانه كان على صلة ونبقة بعائلتك

والان ارجو منك الا تتخيلى امورا ليست من الواقع فى شىء ان حكاية الرعشة ليست الا نوعا من انواع الخيال . وكل ماقى الامر ان اعصابك مجهدة الى حدما بسبب كثرة التفكير .. وكثرة التفكير لن تحل الا مع الزمن ومع انشغالك بامور كثيرة فى امكانك خلقها والانغماس فيها

رأفت ابراهيم منيب بالخديوية :

نحن نشكرك على مقالك اللطيف «حقوق المرأة السياسية» وكان بودنا نشره لولا ضيق المقام . وعلى كل حال نكرر لكم الشكر

جرجس رفله ـ كوم حماده :

لا توجد يا سيدتى اعداد قديمة من الكتكوت

البائسة ب.ا. بالمعادى :

يمكنك الاتصال بجريدة الاهرام لتحصلى على العنوان المطلوب ـ وفقك الله لما فيه الخير

الانسة ف.ع زفتى :

اذا كانت هذه المدرسة تلائم البيئة التى نشأت فيها فان الالتحاق بها يكون فى اول العام الدراسى اى اكتوبر وعلى اى حال يمكنك الاتصال من الان بتلك المدرسة لتعرفى شروط الالتحاق بها . اما ان رأى اهلك ان المدرسة المذكورة لا تتفق والوسط الذى انت فيه فننصحك بمحاولة الالتحاق بمدرسة ثانوية حرة للبنات وان لم توفقى فليس امامك الا المذاكرة بالمنزل ونعتقد ان اخاك المدرس يستطيع فى هذه الحالة الاشراف على دراستك ونحن نتمنى لك كل التوفيق

الانسة ك.ك. شرق الاردن :

العطار المذكور اغلق محله بسبب لا نعلمه وقد حاولنا ان نتصل به بخصوص مسألتك فلم ننجح فى الوقت الحاضر وسنحاول ذلك مرة اخرى عندما يعود الى مزاولة عمله

مصلحة البلديات

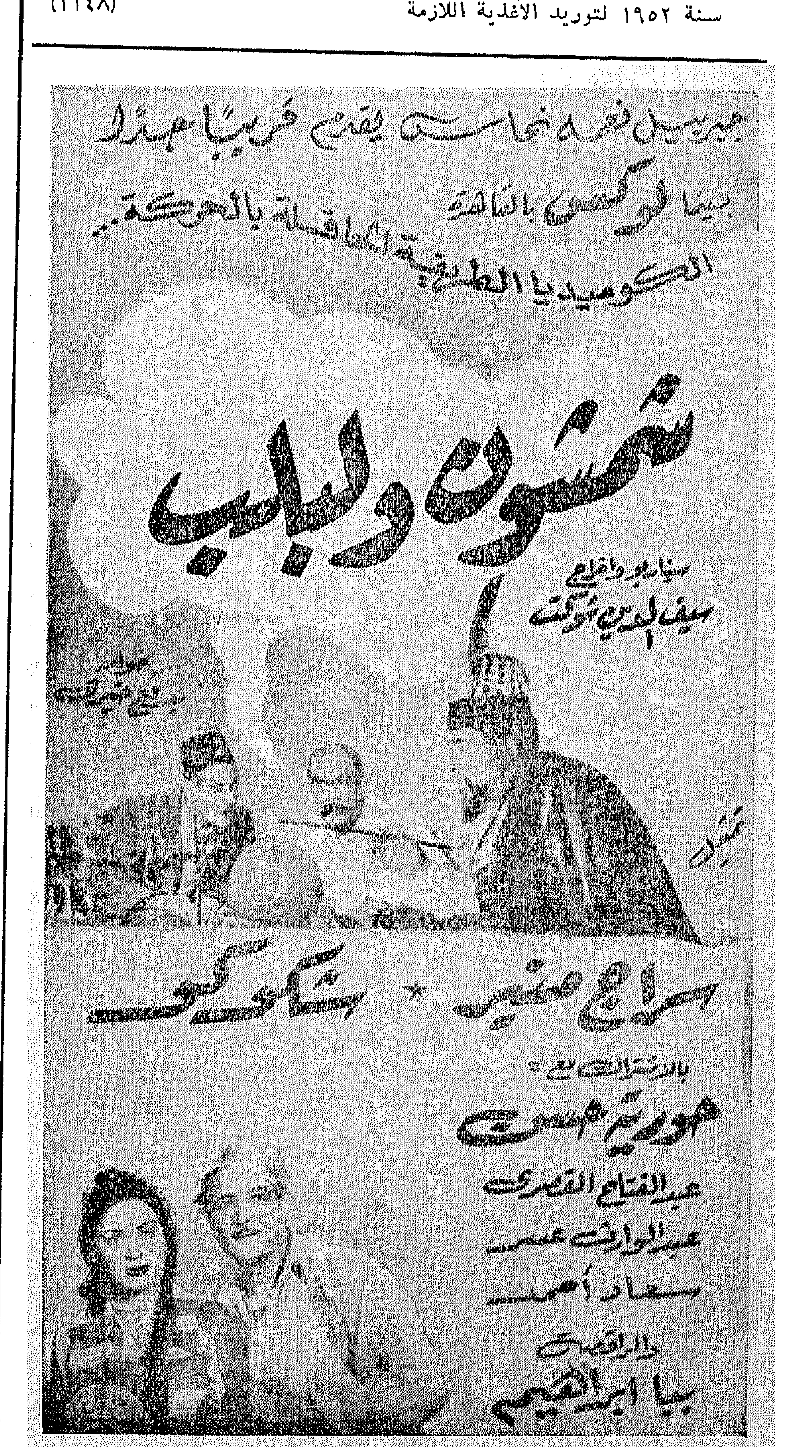
تقبل العطاءات بمجلس الفيوم البلدى حتى ظهر يوم ٢٦ ابريل سنة ١٩٥٢ عن عملية ترميم السلخانة . وتطلب الشروط والمواصفات من المجلس على ورقة دمغة فئة ٥٠ مليما نظير مبلغ ٢٠٠ مليم للنسخة بخلاف اجرة البريد وكل عطاء لا يرفق به تأمين ابتدائى قدره ٢٪ من قيمته لا يلتفت اليه (١١١٢)

وزارة الصحة العمومية

تقبل عطاءات بمكتب حضرة المحترم مدير مصلحة الامراض الصدرية بالاسكندرية لغاية الساعة الثانية عشرة ظهر يوم ١٣ ابريل سنة ١٩٥٢ لتوريد الاغذية اللازمة لوحدات الوزارة باسكندرية للمدة الباقية من عام ٥١/٥٢ . وتطلب قوائم المناقصة من المصحة نفسها على ورقة دمغة فئة خمسين مليما وثمن كل قائمة مائة وخمسون مليما للنسخة الواحدة يضاف الى ذلك ثلاثون مليما اجرة البريد (١٠٩٤)

ادرة مصيف رأس البر

تقبل العطاءات بادارة مصيف رأس البر بدمياط لغاية الساعة ١٢ ظهرا من يوم ١٩٥٢/٤/٢٢ عن مناقصة اقامة عشش الموظفين بالمصيف ويمكن الحصول على الشروط نظير مبلغ ٢٠٠ مليم بخلاف اجرة البريد وتقدم الطلبات على ورقة دمغة فئة خمسين مليما (١١٤٨)



بريد الجمال

يجيب على هذا البريد الدكتور حسن الحفناوى مدرس الامراض الجلدية بقصر العينى واخصائى التجميل من امريكا

ناهد رشيد . بنها :

اعرضى نفسك على اخصائى فى الاسنان اما جهاز ازالة الشعر فتجدينه عند الاخصائى وتكاليف العلاج يمكن تقديرها حسب حالتك

ا.ك.س.ع.ح.م اسيوط :

زاولى رياضة قفز الحبل واعملى تمرينات كتمرينات العقلة اما فيما يختص بتقصف الشعر فارجعى الى البريد فى عدد مارس من بنت النيل

انسة ا.ا. مدرسة الجيزة :

الدكتور حسن الحفناوى وعنوانه ٢٤ شارع البستان بجوار وزارة الاوقاف اتصلى به ومعك بنت النيل فسيعاملك معاملة خاصة

مفيدة رمزى بالاسكندرية :

دلكى ساقيك ببودرة التلك من اسفل الى اعلى عشر دقائق كل يوم وزاولى تمرينات لامشاط الرجلين بان تقفى على اطراف اصابعك ثم تهبطى على رجلك ٢) امتنعى عن استعمال البريانتين واستعملى زيت الشعر تريكوفيلينا واربطيه على شكل عدة ضفائر قبل النوم

فتحية محمد السيدة زينب :

لعلاج كثرة العرق قللى شرب السوائل عموما وقللى من ملح الطعام وان كنت ضعيفة فاعرضى نفسك على اخصائى فى الامراض الباطنية كى يعطيك دواء مقويا لان كثرة العرق تكون بسبب ضعفك اما جفاف الشفتين فاستعملى كولد كريم

ن.ب :

اذهبى الى طبيب امراض جلدية ليصف لك علاج موضعى واذا لم تتحسن حالتك عليه فسيلجأ الى علاج هذه المناطق باشعة اكس ٢) اعملى مساجا فى جفونك بكولدكريم خالى من ماء الورد فى تركيبه مرتين فى اليوم من الخارج الى تجاه الانف

سيدة ن.ن.ن :

١) يقول الاستاذ احمد الاورفلى ان هذه الماكنة تستعمل بواسطة اخصائى وتكاليف العلاج غالية نوعا اذ تستغرق كل جلسة لنزع مالا يزيد عن ١٠ شعرات وهى غير مؤلمة بالمعنى المفهوم ويمكن استعمالها فى اى موضع ٢) اعرضى نفسك على اخصائى فى الغدد وزاولى تمرينات التنفس باستمرار وقومى بتمرينات سويدية للصدر

ف.م.س. عابدين :

استعملى صابون كبريت فى غسيل وجهك وكريم فيتامرسيدرم قللى من النشويات والدهنيات والحوادق

ف.ع. الفيوم :

اعرضى نفسك على اخصائى فى الاسنان

نوال :

غسل الوجه بالماء الساخن خطأ اذا تعرض بعده للجو البارد فهو يساعد على جفاف البشرة وتقشفها وماء الاكسوجين رغم انه يساعد على زوال النمش الا انه يجفف البشرة ايضا . اما علاج حب الشباب فارجعى الى البريد فى عددى فبراير ومارس

ع.ع.ا :

الجلد المتين يمكن معالجته باشعة اكس . اما حالتك الاخيرة فاعرضى نفسك على اخصائى امراض جلدية

م.خ شبرا :

حب الشباب وقشر الرأس وتقصف الشعر مصدرها مرض واحد هو التهاب دهنى فى الجسم فقللى من الدهنيات والنشويات والحوادق والشيكولاته والمسليات واكثرى من اللحوم الحمراء والدجاج والخضروات والفاكهة الطازجة وعالجى الامساك ان وجد واعتنى باسنانك ورائحة فمك واعرضى نفسك على اخصائى ليصف لك علاجا موضعيا مناسبا او ليعالجك بالاشعة الباردة

عايدة محمد ابو زيد مشتركة :

ارجعى الى ما كتبناه فى العدد السابق بخصوص تساقط الشعر او اعرضى نفسك على اخصائى فى امراض الجلد . استعملى شامبو تريكوفيلينا

انسة فاتن بالزمالك :

١) المجلة ترحب بالقصص التى تأتيها وتنشرها بدون أجر ٢) لتنحيف القدم ارجعى الى ماكتبناه لمفيدة رمزى ٣) الفازلين ضد الشعر فلا تستعمليه واستعملى زيت شعر تريكوفيلينا

سعاد بالاسكندرية :

الدكتور فؤاد العرينى وابحثى عن عنوانه بدليل التليفونات

الحائرة ب.ث.ه بالفؤادية :

اعرضى نفسك على اخصائى هذه البقع التى تختلف عن حب الشباب بالاشعة الباردة وبدهانات خاصة . اما استعمال الكولونيا والفازلين فى الوجه فهذا يساعد على تبقع البشرة

ا.س.ش. كفر الشيخ :

١) اتصلى بمحلات بيشو ١٥ شارع فؤاد الاول بالقاهرة وسيدلك على الموضات المناسبة او الباترونات باسمارها الخاصة لقارئات بنت النيل ٢) ارجعى الى ما كتبناه لمفيدة رمزى بخصوص الشعر الخشن

نجوى . بالظاهر :

العلاج يتكلف اقصاه ٥١٠ قرشا اتصلى بمعهد التجميل العلمى ٣٧ شارع عبد الخالق ثروت يومى السبت والثلاثاء بعد الظهر لمقابلة الاخصائى

ع.ح :

استعملى كريم انابولا واستشيرى فيه مجانا اخصائية معهد التجميل العلمى

في محراب الفن

منذ كن فتيات صغيرات، سرن بخطواتهن الرقيقة ثابتات في طريق الكفاح الفني الوعر الطويل، مع الرجل جنبا الى جنب، ليهدين بلادهن مجد التفاخر الفني بين بلاد الارض، وليكتبن في صفحات المسرح المصري أسماءهن لامعة براقة كأسماء نجوم العالم الزاهرة.

سرن مع الرجل ولم يتخلفن عنه في الطريق الوعر الشاق ...

* * *

وعلى جانبي الطريق الطويل الشاق ... كان الجاه، كان الذهب وكان النعيم وكانت وسائل الاغراء العديدة تحاول أن تنتزعهن من ميدان النضال الفني العسير ... الى هناءة الراحة والغنى والبهجة، لكنهن كن ينفرن من العروض ومن الاغراء ويهربن الى هيكل الفن كراهبات ناسكات يتعبدن في محرابه الوفي الكريم !

* * *

هذه فاطمة رشدي وزينب صدقي وأمينة رزق وفردوس حسن وغيرهن من الفنانات المصريات اللائي جرت وسائل الاغراء المادي تحت أقدامهن أنهرا فلم يعرنها انتباها، لانهن كن راهبات في محراب الفن، يعملن لمجدهن ومجد بلادهن الفني ويتحملن ما يتحمله الفنانون الرجال من قسوة العيش وعنف الحياة، ليهبن بلادهن أخيرا هذه الاسماء اللامعة.

نقيبة الناسكات

نرجو أن يهب الجيل الحاضر من الفنانات لبلاده ولفنه مثل ما كن أولئك يهبن الفن فلا يتيح لزوج رشيق أو لعجوز ثرى أن يكتب فصل الختام في حياة بعض فنانات هذا الجيل وهن لم يزلن في مرحلة النضال الاولى .. وهي فيما يبدو أيسر وأهون مما كانت مراحل الكفاح في جيل راهبات الفن !

* * *

اننا سنفقد كثيرا جدا حين نفقد راهبة من راهباتنا العالميات.

يوسف فهمي

البؤساء



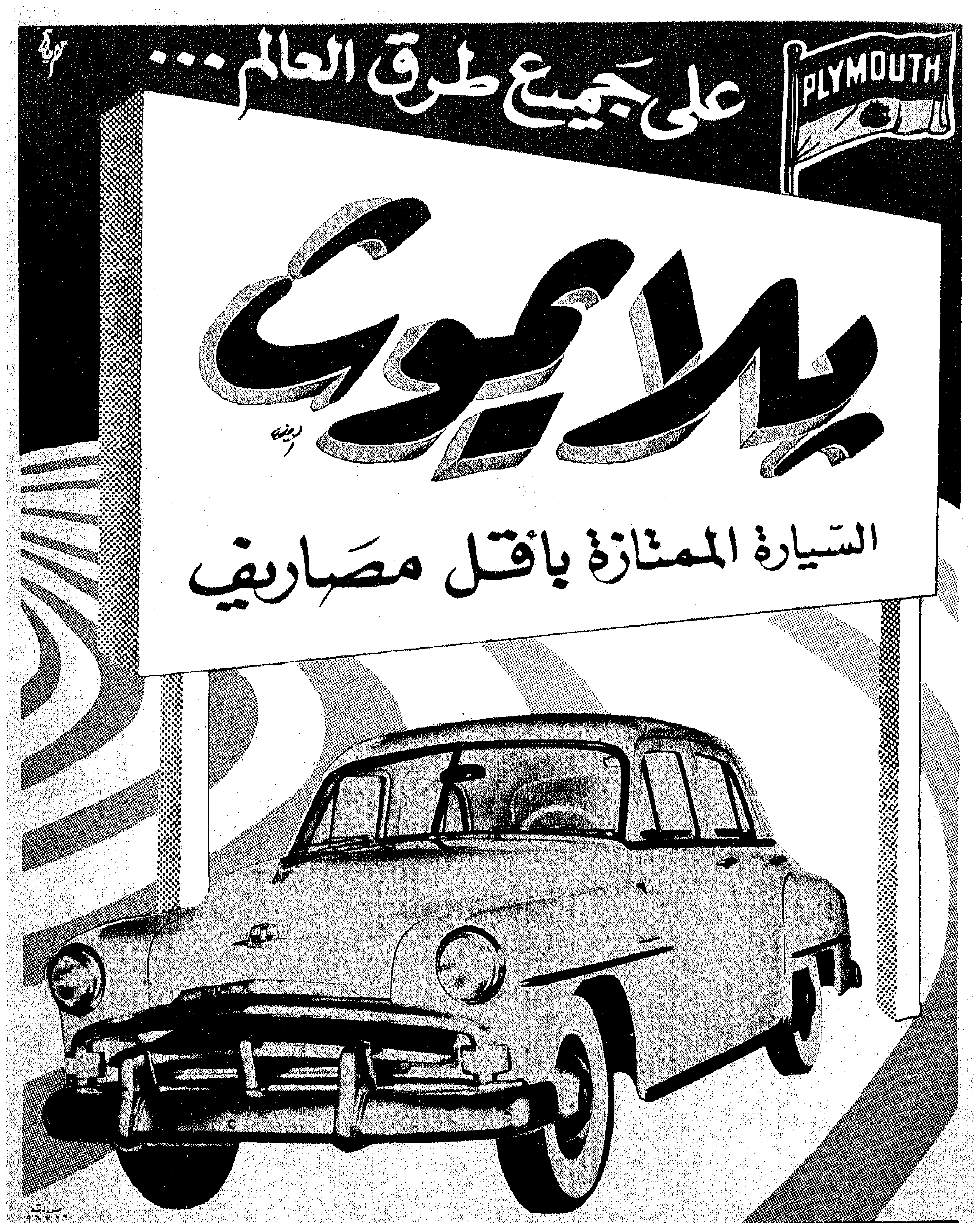
شاهدت بنت النيل مسرحية (البؤساء) للاستاذ الكبير يوسف وهبى بك . وقد كنا نعتقد الى ما قبل مشاهدة هذه التحفة الفنية أن مثل هذه القصة الخالدة لا يمكن لمصرى أن يقوم باخراجها وتمثيلها على أتم وجه . ولكن خاب ظننا لحسن الحظ، وأثبت يوسف بك انه لا يقل فى اخراجه وفى تمثيله عن المستوى الذى وصل اليه المخرجون والممثلون الاوربيون .

ان هذه المسرحية تعتبر طفرة واضحة فى الفن المسرحى المصرى . فما أظن ناقدا فنيا يستطيع أن يقول كلمة واحدة فى (تعريب) القصة . وما أظن انسانا مهما أوتى من قدرة يبلغ ما بلغه يوسف بك وهبى فى تقمص دور (جان فالجان) فى القصة . وناهيك عن الديكور فقد بلغ منتهاه فى الروعة والبهاء .

ولا يسعنى فى ختام هذه الكلمة القصيرة التى لا تفى بحق المسرحية الا أن أنوه بالجهود التى بذلها باقى الممثلين والممثلات ونخص منهم بالذكر : أمينه رزق فى دور فانتين وحسين رياض فى دور مفتش البوليس الذى ينفذ القانون بحرفيته وعفاف شاكر فى دور كوزيت ، ويكفى هؤلاء الممثلين والممثلات فخرا أنهم يعملون فى فرقة واحدة مع يوسف بك وهبى عميد المسرح المصرى بحق .

ا٠ خ

مطبعة شركة الاعلانات الشرقية


PLYMOUTH
على جميع طرق العالم...
بلايموث
السيارة الممتازة بأقل مصاريف



أحدث أجهزة كهربائية
جنرال الكتريك الأمريكية
اقتصادية
عملية
مريحة
يعتمد عليها
غسالة ملابس
سخان للمياه
فرن
فريزر
SPMO
الموزعون المعتمدون بالقطر المصري
شركة إيسترن للكهرباء
٣٣ عبد الخالق ثروت باشا «الملكة فريدة سابقا» ت ٧٨٠٦٠ بالقاهرة